

Reflexões acerca do processo de treino e de análise de jogo.

Relatório de Estágio realizado na equipa sénior do Sporting Clube de Braga, época desportiva 2018/19.

Relatório de Estágio apresentado com vista à obtenção do 2º ciclo em Treino Desportivo, especialização em Treino de Alto Rendimento, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, ao abrigo do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei nº 65/2018 de 16 de agosto.

Orientador: Professor Doutor Daniel Bruno Vieira de Andrade Barreira

Tiago João Bastos Pires

Porto, setembro de 2020

FICHA DE CATALOGAÇÃO

Pires, T. (2020). Reflexões acerca do processo de treino e de análise do jogo. Relatório de Estágio realizado na equipa sénior do Sporting Clube de Braga, época desportiva 2018/19. Porto: T. Pires. Relatório de estágio profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Treino Desportivo, especialização em Treino de Alto Rendimento, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Palavras Chave: FUTEBOL; TREINO; TREINADOR; ANÁLISE DE JOGO; ESTRATÉGIA

Dedicatória

Aos meus pais e à minha irmã, por todo o apoio incondicional e pela confiança depositada em mim. Pelo exemplo, pela coragem de enfrentarem o mundo e por não deixarem que mil e setecentos quilómetros vos impeçam de estar sempre na linha da frente do meu percurso.

Agradecimentos

Sendo este relatório o culminar de uma longa caminhada académica ao fechar um ciclo de estudos que na minha cabeça sempre foi como a principal meta: acabar a licenciatura e posteriormente o mestrado. A ideia será não ficar por aqui mas com a conclusão deste relatório sinto que os serviços mínimos estão cumpridos e aguardarei agora com expectativa o que o futuro me trouxer academicamente. Sendo este um caminho tão irregular e cheio de desafios, esta chegada à meta não seria possível sem a existência de fortes pilares que me foram sempre apoiando nesta caminhada, que ao meu lado festejassem cada vitória e conquista ao mesmo tempo que nos momentos mais baixos despiram o fato de pilar e equiparam-se de grua para me ajudarem a levantar. São todos estes os verdadeiros autores deste relatório, os verdadeiros responsáveis pelo profissional e, acima de tudo, pessoa que sou hoje. Antes dos agradecimentos individuais deixo assim um geral agradecimento, forte e sincero, a todos os que desta caminhada fizeram parte de uma forma mais próxima ou mais distante mas que a todos devo um pedaço do que está aqui refletido neste trabalho.

À Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, por me proporcionar a aprendizagem e absorção de um conhecimento diferenciado e qualificado. Uma identidade tão própria e uma ideologia tão definida e abrangente que faz com que qualquer estudante tenha ao seu alcance ricas vivências académicas e pessoais que nos diferenciam hoje como pessoas e profissionais. Um agradecimento também por me colocarem perante excelentes professores, ricos em conhecimento, experiência e valores com os quais tive o prazer de partilhar todos os momentos de aprendizagem.

Ao **Professor Doutor Daniel Barreira**, orientador deste trabalho e referência humana e profissional. Pelo apoio demonstrado na minha formação, por todos os conselhos e partilha de conhecimento.

Ao **Sporting Clube de Braga** e sua Direção, pela oportunidade de realização deste estágio e de conhecer uma estrutura tão profissional e competente, onde tive a possibilidade criar relações de partilha e amizade.

Ao Treinador **Abel Ferreira**, por me permitir conhecer o seu trabalho de forma próxima e abrangente, pela sua humildade, simplicidade e paixão com que vive o Futebol. Pelos ensinamentos e pela confiança depositada.

Aos restantes elementos da equipa técnica, **Carlos Martinho, João Martins, Vitor Castanheira e Jorge Vital**. Pela amizade, pelos ensinamentos e partilha que tanto contribuíram para a minha evolução. Ao **Carlos Martinho**, um agradecimento especial, pela forma apaixonada e cativante como vive a Observação e Análise de Jogo. Pelo contributo na minha formação, orientação e pela amizade.

Ao **Gabinete de Observação e Análise**, nas pessoas do **Rui Mendes e Tiago Costa**, pela partilha de momentos e de conquistas. Pela forma como me receberam e me guiaram no “seu” gabinete. Pela constante cooperação na construção de um processo enriquecedor.

Ao restante **Staff do Sporting Clube de Braga**, pelo contributo neste meu ano de evolução e por contribuírem de forma tão profissional e cooperante para o crescimento e bom funcionamento diário do clube.

Ao **Carlos Pereira**, ao **João Alves**, ao **André Gil**, ao **Pedro Ferreira**, ao **Tiago Costa** e ao **Sérgio Campos**, amigos que a Faculdade me reforçou ou apresentou, pelo companheirismo, amizade e por escreverem esta página do meu percurso ao meu lado. Um agradecimento particular ao **João Alves** e ao **André Gil** pela revisão deste trabalho.

Ao **Pedro Araújo**, ao **Rafael Fontes**, ao **Nuno Macedo**, ao **Ruben Anjos** e ao **Vitor Costa**, pelo caminho percorrido juntos, marcados por valores inigualáveis de amizade.

Ao meu **Pai**, à minha **Mãe**, à minha **Irmã** e ao meu **Cunhado**, pelo incondicional apoio e pelos valores transmitidos. Por me mostrarem que nenhuma distância é suficiente para danificar o maior pilar de todos: a família.

A toda a minha **Família**, **avós**, **tios**, **tias**, **primos**, **primas** por terem contribuído de forma tão singular e especial para o que me tornei hoje. Um agradecimento especial ao meu **Padrinho**, pelo apoio, orientação e valores transmitidos.

Por fim, a todos aqueles cuja memória me atraiçoa, mas que de qualquer forma contribuíram para esta e todas as conquistas, o meu obrigado.

Índice Geral

<i>Dedicatória</i>	III
<i>Agradecimentos</i>	V
<i>Índice Geral</i>	IX
<i>Índice de Figuras</i>	XIII
<i>Índice de Quadros</i>	XIV
<i>Índice de Anexos</i>	XV
<i>Resumo</i>	XVII
<i>Abstract</i>	XIX
<i>1. Introdução</i>	3
<i>1.1. Expectativas</i>	4
<i>1.2. Estrutura do Relatório</i>	6
<i>1.3. Enquadramento do Estágio</i>	8
<i>1.4. Enquadramento Legal</i>	8
<i>2. O Estagiário</i>	13
<i>2.1. Breve descrição pessoal</i>	13
<i>2.2. Objetivos</i>	14
<i>2.2.1. Objetivos Pessoais</i>	15
<i>2.2.2. Objetivos Profissionais</i>	15
<i>2.3. O Estagiário e o Clube</i>	16
<i>3. O Contexto: Sporting Clube de Braga 2018/19</i>	19
<i>3.1. A cidade de Braga</i>	19
<i>3.2. Sporting Clube de Braga</i>	20
<i>3.2.1. SC Braga: A caminhada da esperança Gverreira (1921-Presente)</i>	21
<i>3.2.2. Palmarés SC Braga</i>	22

3.2.3. Infraestruturas SC Braga	23
3.3. Staff Técnico e Estrutura Profissional de Futebol	25
3.4. Plantel	27
3.5. Enquadramento Competitivo	29
3.5.1. Primeira Liga Portuguesa - Liga NOS	29
3.5.2. Taça de Portugal	29
3.5.3. Taça da Liga CTT	30
3.5.4. Liga Europa	30
3.6. Objetivos de Performance	31
4. Gabinete de Observação e Análise (GOA) enquanto área técnica	35
4.1. A Observação e a Análise de Jogo no Futebol	36
4.2. Influência da Observação e Análise no planeamento do processo de treino	39
4.3. Gabinete de Observação e Análise (GOA)	40
4.3.1. Dinâmica de funcionamento	40
4.3.2. Recursos Humanos	40
4.3.3.1. Gestão dos Recursos Materiais	43
4.3.3.2. Relação com empresas parceiras	43
5. Modelo de Treino: Planeamento e Operacionalização	47
5.1. Microciclos de Treino	47
- Unidade de Treino 211	49
- Unidade de Treino 212	50
- Unidade de Treino 213	51
- Unidade de Treino 214	53
- Unidade de Treino 215	54
- Unidade de Treino 230	56
- Unidade de Treino 231	57
- Unidade de Treino 232	58
- Unidade de Treino 233	59

- Unidade de Treino 234	61
6. Prática Profissional: Funções e Planeamento	65
6.1. Funções	65
6.2. Planeamento	66
6.3. A Análise e o Modelo de Jogo da equipa: O que vemos?	67
6.4. Análise de Adversário - Microciclo Padrão	72
6.4.1. Distribuição de Adversários	72
6.4.2. Análise e Recolha de Informação dos jogos do adversário	73
6.4.3. Filtragem da informação e edição das imagens	75
6.4.4. Relatório de análise coletiva do adversário	77
6.4.5. Compilação de compactos do adversário	78
6.4.6. Apresentação do adversário	79
6.4.7. Compilação de compactos dos Esquemas Táticos do adversário	83
6.4.8. Vídeo resumo do Adversário para os Guarda-Redes	83
6.4.9. Elaboração do meeting pré-jogo	84
6.5. Funções em jogo e pós-jogo	84
6.6. SC Braga: As diferentes “peças” da máquina	85
6.6.1. Departamento de Futebol Profissional	86
6.6.2. Gabinete de Observação e Recrutamento de Talentos (GORT)	86
6.6.3. Gabinete de Otimização Desportiva (GOD)	87
6.6.4. Departamento Médico	87
7. Espaço de Introspeção	91
7.1. Período de reflexão nº1 (26/06 a 10/07)	91
7.2. Período de reflexão nº2 (11/07 a 16/08)	92
7.3. Período de reflexão nº3 (17/08 a 30/09)	94
7.4. Período de reflexão nº4 (01/10 a 10/11)	94
7.5. Período de reflexão nº5 (11/11 a 23/12)	95
7.6. Período de reflexão nº6 (15/09 a 23/01)	97

7.7. Período de reflexão nº7 (26/02 a 02/04)	98
7.8. Período de reflexão nº8 (02/01 a 17/05)	99
7.9. Período de reflexão nº9 (O FINAL)	100
8. Sínteses Críticas	105
8.1. Relação Estagiário – GOA	105
8.2. Relação Estagiário/GOA - Equipa Técnica	106
8.3. Relação Estagiário – Clube	107
8.4. Impacto deste estágio na dimensão Profissional do estagiário	108
8.5. Impacto deste estágio na dimensão Pessoal do estagiário	109
8.6. Dificuldades enfrentadas e Estratégias delineadas	110
8.7. O Futuro	111
9. Referências Bibliográficas	115

Índice de Figuras

<i>Figura 1: Estádio Municipal de Braga e Campos Anexos</i>	23
<i>Figura 2: Cidade Desportiva SC Braga</i>	24
<i>Figura 3: Planeamento da Unidade de Treino 211</i>	49
<i>Figura 4: Planeamento da Unidade de Treino 212</i>	50
<i>Figura 5: Planeamento da Unidade de Treino 213</i>	51
<i>Figura 6: Planeamento da Unidade de Treino 214</i>	53
<i>Figura 7: Planeamento da Unidade de Treino 215</i>	55
<i>Figura 8: Planeamento da Unidade de Treino 230</i>	56
<i>Figura 9: Planeamento da Unidade de Treino 231</i>	57
<i>Figura 10: Planeamento da Unidade de Treino 232</i>	58
<i>Figura 11: Planeamento da Unidade de Treino 233</i>	60
<i>Figura 12: Planeamento da Unidade de Treino 234</i>	61
<i>Figura 13: Zonas definidas para Análise do adversário e da própria equipa</i>	68
<i>Figura 14: Análise de um jogo utilizando o SportsCode e respetiva Janela de Código</i>	74
<i>Figura 15: Filtragem das imagens a editar no SportsCode</i>	76
<i>Figura 16: Exemplo de vídeo editado e legendado para apresentação à equipa</i>	76
<i>Figura 17: Relatório Coletivo e Individual do Adversário</i>	78
<i>Figura 18: Plataforma Hudl onde eram colocados os compactos adversários e vídeos para os jogadores</i>	79
<i>Figura 19: Seleção dos Esquemas Táticos a apresentar à equipa</i>	83
<i>Figura 20: Filmagem e codificação live de um jogo (SportsCode)</i>	85

Índice de Quadros

Quadro 1: Organigrama da Estrutura para o Futebol Profissional do Sporting Clube de Braga	25
Quadro 2: Plantel do Sporting Clube de Braga 2018/19	28
Quadro 3: Recursos Humanos do GOA	41
Quadro 4: Exemplo Microciclos de Treino	48
Quadro 5: Ciclo de tarefas de análise de adversários	73
Quadro 6: Exemplo de Microciclo de Análise	80

Índice de Anexos

Anexo I: Documento das Competições Oficiais da LPFP _____ XXV

Anexo II: Relatório de Análise Coletiva do Adversário (por preencher) __ XXXVII

Anexo III: Relatório estatístico adversário fornecido pela GoalPoint ____ XXXVIII

Resumo

O treino e a observação e análise de jogo em Futebol são áreas fundamentais para o sucesso dos clubes e jogadores, sendo visível pelos investimentos dos clubes nos recursos humanos, materiais e informáticos para o desenvolvimento destas funções. A área da análise de jogo assume-se como um complemento que é reconhecido por treinadores como influenciadora dos resultados competitivos. Assim, este processo parece ser também influente no treino das equipas.

Com este trabalho pretende-se perceber e expor o estágio desenvolvido na primeira equipa do Sporting Clube de Braga, mais concretamente nos departamentos técnico e de análise de jogo. A oportunidade da realização deste estágio profissionalizante teve a intenção de me permitir obter um conhecimento teórico e prático ao nível da Observação e Análise de Jogo em contexto de alto rendimento, ou seja, as suas dinâmicas envolventes e, por fim mas igualmente importante, a sua ligação e influência no processo de treino e delineamento tático-estratégico.

Resultante das reflexões constantes, das experiências vividas e da informação recolhida na literatura, conclui-se que: 1) a análise da equipa e do adversário assumem cada vez maior preponderância na preparação e no rendimento competitivo das equipas; 2) a fusão do processo de análise com o treino assume grande importância para dotar os jogadores de mais e melhor informação para a preparação da competição; 3) o processo de análise deve ter carácter adaptativo relativamente ao momento e ao contexto; 4) o analista assume-se como extensão da equipa técnica na medida em que procura filtrar a informação servindo como elemento facilitador no planeamento e na execução estratégica; 5) a análise de jogo assume-se como influente no rendimento desportivo e no rendimento formativo de atletas e treinadores de Futebol.

Palavras Chave: FUTEBOL; TREINO; TREINADOR; ANÁLISE DE JOGO; ESTRATÉGIA

Abstract

Training and observation and match analysis in Football are domains considered essential to achieve the success of clubs and players. This can be seen by clubs' investments in human, material and informatic resources available and essential to these functions. Match analysis is a complement, that is known by coaches as fundamental to achieve competitive results. Thus, this process has also been recognized as influential in team training process.

With this document, it is intended to understand and expose the internship developed at Sporting Clube de Braga first team, concretely in the technical and match analysis departments. The opportunity to develop this professionalizing internship had the intention of allowing me to obtain a theoretical and practical knowledge at the level of Observation and Match Analysis in a high-performance context, that is, all its dynamics and lastly but equally important, its connection and influence in training process and tactical and strategical planification.

As a result of constant reflections, lived experiences and information gathered in the literature, it is concluded that: 1) the analysis of the team and the opponent assume an increasing preponderance in the preparation and competitive performance of the teams; 2) the fusion of the analysis process with training assumes great importance to provide the players with more and better information in preparation for the competition; 3) the analysis process must be adaptive in relation to the moment and the context; 4) the analyst assumes himself as an extension of the technical team in the way that he seeks to filter the information, serving as a facilitating element in planning and strategic execution; 5) the match analysis is assumed to be influential in sports performance and in the formative performance of soccer athletes and coaches.

Keywords: FOOTBALL; TRAINING; COACH; MATCH ANALYSIS; STRATEGY

Abreviaturas

ADV- Adversário

AVA- Avançado

DC- Defesa Central

ET- Esquemas Táticos

ETDs- Esquemas Táticos Defensivos

ETOs- Esquemas Táticos Ofensivos

EXT- Extremo

FADEUP - Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

FPF - Federação Portuguesa de Futebol

GOA- Gabinete de Observação e Análise

GOD- Gabinete de Otimização Desportiva

GORT- Gabinete de Observação e Recrutamento de Talentos

GR- Guarda-Redes

LAT- Defesa Lateral

LPFP - Liga Portuguesa de Futebol Profissional

MC- Médio Centro

Mdef- Médio Defensivo

PD- Processo Defensivo

PO- Processo Ofensivo

SCB - Sporting Clube de Braga

TD- Transição Defensiva

TO- Transição Ofensiva

UEFA - União das Federações Europeias de Futebol

UT- Unidade de Treino

1. Introdução

1. Introdução

É impossível fugir ao facto de o Futebol se assumir como o desporto com maior capacidade de mover e unir culturas, populações e gerações. Esta inegável importância fez com que nos últimos anos observássemos um crescente interesse por parte de todas as áreas das ciências desportivas nesta modalidade, procurando e potenciando formas de auxiliar na sua evolução. Este apaixonante desporto resulta, como acima referido, da agregação destas mais diversas áreas e dos seus elementos constituintes: jogadores, treinadores, árbitros, *staff* técnico e os imprescindíveis adeptos. Garganta (1997, 2001) refere que “o jogo de Futebol emerge da natureza do confronto que tem lugar entre duas equipas, as quais se caracterizam pela sucessiva alternância de estados de elevada ordem, desordem, estabilidade e variabilidade”, que nos permite perceber que o jogo de Futebol pode-se assumir caótico e imprevisível. Nos últimos anos, perante estes aspetos acima referidos, é evidente a procura de especialização das mais diversas áreas que envolvem o jogo, nas suas diversas dimensões como a técnica, tática, fisiológica ou psicológica (Carneiro, 2016). Assistimos assim a uma procura incessante de novos caminhos, novos meios, novas ferramentas para atingir o máximo rendimento desportivo (Ventura, 2013).

Aproveitando um provérbio conhecido, “a necessidade aguça o engenho” e, como tal, fruto dessa necessidade, surge a especialização concreta do Analista de Jogo, visto ser fundamental transformar os dados obtidos em informação útil para o treinador (Garganta, 1997, 2003). Consequência desta necessidade, a importância do Analista foi crescendo e atualmente poucas (arrisco-me a dizer nenhuma) são as equipas técnicas que não incluem um elemento responsável pela área. Reflexo disso, como refere Carneiro (2016), é a importância que tem sido expressa com regularidade no discurso dos principais intervenientes, treinadores e jogadores, evidenciando a preponderância que o processo representa na performance das equipas.

Sobre a Observação e a Análise de Jogo, Ventura (2013) refere que é através desta que os treinadores procuram obter informação que lhes possa trazer benefícios. Esta ideia é também sustentada por Vásquez (2012), que

enaltece que a procura pelo conhecimento das características de jogo da equipa adversária é uma constante preocupação dos treinadores, através da identificação de regularidades, pontos fortes e pontos fracos. Para que isso ocorra, é fundamental um planeamento minucioso, organizado e dinâmico devido às características próprias do Futebol.

Assim, percebemos que a Análise de Jogo procura objetivamente influenciar o processo de treino e pode ser dividida em três fases sucessivas (Caixinha, 2004 citado por Ventura, 2013). A primeira fase é a observação, cujo objetivo principal é a obtenção de informação detalhada sobre os comportamentos do adversário ou da equipa. A segunda fase é a preparação, que corresponde à análise, tratamento e sistematização da informação recolhida. A terceira e última fase faz referência à aplicação, na qual se pretende transferir a informação recolhida para o treino, influenciando-o de forma estratégica.

1.1. Expectativas

Com a decisão da realização deste estágio, rapidamente se levantaram grandes expectativas na minha cabeça, expectativas essas que sempre me acompanharam ao longo deste período.

A nível pessoal, esperava conseguir continuar a criar fortes laços de amizade com raízes futebolísticas, tal como se sucedeu nos outros contextos onde trabalhei. Esperava também conseguir, acima da competência, enaltecer os valores pelos quais me guio e não abduco em nenhum momento da minha vida: humildade, sacrifício, superação, responsabilidade, respeito e competência, entre outros.

A nível profissional, ambicionava representar da melhor forma a instituição que me acolhe, o Sporting Clube de Braga, de forma a contribuir de forma significativa para o seu recente e contínuo crescimento.

Esperava também representar da melhor forma a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, instituição que me formou ao longo de todos estes

anos, à qual estou agradecido, desde o primeiro dia da licenciatura, por todos os valores transmitidos, que ainda hoje carrego comigo, não só no trabalho, mas também na vida.

Resumindo, ambicionava no final deste estágio ver no espelho o reflexo de uma pessoa e profissional enriquecidos em conhecimentos, valores e amizades. Manter-me no caminho traçado, sem nunca abdicar dos meus valores, e com os objetivos coletivos e individuais atingidos, saindo valorizado deste estágio mas com a certeza de que contribuí também para a valorização de todos os que comigo conviveram e do clube enquanto instituição.

Não obstante, certificar-me-ei que este relatório cumpra o propósito de expor a maioria das experiências e vivências que este período proporcionou, atendendo à confidencialidade que o contexto me exige. Obviamente que um ano de estágio não é um percurso linear, fruto do constante desafio e exigência do contexto, mas, na minha opinião, este deve necessariamente ser um período de crescimento a cada vitória (obviamente) e, simultaneamente, a cada derrota. Evidentemente que se anseia que estas sejam o mais reduzidas possível, e por “derrota” devemos subentender os erros cometidos ao longo deste estágio. Pessoalmente não temo o erro (desde que moderado), pois encaro-o como potenciador de superação.

A base deste trabalho foi o conhecimento já adquirido da Observação e Análise de Jogo, no qual tentei constantemente anexar o meu cunho pessoal relativamente à matéria. Para além do enriquecimento desta área específica, procurei sempre aproximá-la tanto quanto possível do treino, de forma a “fundir” estas duas áreas que me movem e fascinam.

1.2. Estrutura do Relatório

- Capítulo 1: Introdução

O objetivo é explicar a constituição do relatório. Aborda-se, também, o enquadramento deste mesmo estágio e as expectativas criadas.

- Capítulo 2: O Estagiário

É retratada uma breve descrição do estagiário, assim como os objetivos pessoais e profissionais relativos ao estágio. É também contextualizada a ligação do estagiário ao clube.

- Capítulo 3: Sporting Clube de Braga

É apresentado todo o contexto do estágio: cidade, clube e secção da estrutura onde se realizaram as tarefas do treinador-estagiário, plantel principal do Sporting Clube de Braga e respetiva estrutura de apoio. É também realizado o enquadramento de cada prova em que a equipa competiu, assim como a definição de objetivos competitivos.

- Capítulo 4: Gabinete de Observação e Análise (GOA) enquanto área técnica

Procura-se apresentar um pouco do trabalho que é realizado pela estrutura neste Gabinete de Observação e Análise. É apresentada a estrutura de recursos humanos e respetiva hierarquia, que se demonstra essencial para o bom funcionamento do GOA. Neste tópico, aborda-se também o tema da Observação e Análise de Jogo na sua essência, realizando uma revisão de literatura de forma a sustentar esta abordagem.

- Capítulo 5: Modelo de Treino: Planeamento e Operacionalização

É abordado o planeamento de treino através do exemplo de dois microciclos, expondo e refletindo sobre as respetivas unidades de treino. Este capítulo procura incidir sobre a minha intervenção prática enquanto Treinador Estagiário.

- Capítulo 6: Prática Profissional - Ações, Tarefas e Planejamento

Incide sobre as minhas funções de uma forma mais profunda e detalhada, assim como as dificuldades enfrentadas e estratégias encontradas para lhes responder. Apresenta também a minha linha de pensamento na procura de todas as estratégias necessárias, de que forma e que fatores contribuíram para a minha tomada de decisão para enfrentar os desafios que me foram apresentados.

- Capítulo 7: Espaço de Introspeção

Espaço onde é assumida uma posição de autorreflexão e autocrítica. Apresentados vários momentos de reflexão, sem estabelecer nenhum período de tempo para os mesmos devido à carga de trabalho que nem sempre permitiu a sua realização com a frequência desejada, mas também pela confidencialidade que o contexto exige.

- Capítulo 8: Sínteses críticas

Inclusão de sínteses construtivas relativamente à diversa literatura que achei pertinente e a todo o conhecimento adquirido sobre a área da Observação e Análise de Jogo e também do Treino. Foram realizadas análises críticas ao trabalho desenvolvido e ao cumprimento ou não dos mais diversos objetivos definidos.

- Capítulo 9: Referências Bibliográficas

Referência a toda a literatura lida neste período, que apresentaram uma influência direta ou indireta na realização do documento.

- Capítulo 10: Anexos

Anexo de documentos complementares ao relatório.

1.3. Enquadramento do Estágio

O presente Relatório de Estágio Profissionalizante foi realizado no âmbito do Mestrado em Treino Desportivo com especialização em Treino de Alto Rendimento na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. O respetivo estágio foi realizado na época 2018/2019 na equipa principal do Sporting Clube de Braga e decorreu sob a orientação do Professor Doutor Daniel Barreira.

A minha decisão de realizar o estágio em detrimento da tese deveu-se a uma conjugação de diversos fatores que contribuíram para a minha decisão. Em primeiro lugar o aspeto logístico foi determinante para a decisão, visto existir facilidade em conciliar o estágio com a atividade profissional que desempenhei na estrutura de futebol profissional do Sporting Clube de Braga. Em segundo lugar, o facto de conseguir obter o nível II de treinador juntamente com a componente geral do nível III foi igualmente determinante para a minha tomada de decisão.

1.4. Enquadramento Legal

A conclusão do 2º Ciclo de Treino Desportivo com especialização em Treino de Alto Rendimento resultará na atribuição do grau de Mestre. Assim a realização deste estágio profissionalizante tem como objetivo a conclusão do plano de Curso de Mestrado e da aprovação no ato público da defesa do mesmo, obtendo o número de créditos fixado no regime jurídico definido no Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei nº 65/2018 de 16 de agosto.

Para além do grau de Mestre, a conclusão do Mestrado em Treino Desportivo confere a atribuição do Título Profissional de Desporto – Futebol – Grau II, componente geral e específica. A equivalência através deste ciclo de estudos é uma das vias que permitem a atribuição deste grau, ao abrigo da lei .o 40/2012, de 28 de Agosto, que veio revogar o Decreto-Lei no 248- A/2008, de 31 de Dezembro, ao abrigo do qual foi criado o Programa Nacional de Formação

de Treinadores. Mais especificamente, nos termos do disposto no n.º 1, alínea a) e n.º 2 do art.º 6º do diploma legal anteriormente referido, os cursos superiores na área de Educação Física ou de Desporto são condição adequada para a emissão do Título Profissional de Treinador de Desporto, por reconhecimento prévio por parte da entidade legalmente competente para o efeito, designadamente, o Instituto Português do Desporto e Juventude (I.P.D.J, I.P) – vide *idesporto.pt*.

2.0 Estagiário

2. O Estagiário

2.1. Breve descrição pessoal

Adjacente a cada estágio realizado existe um “Eu”, que é necessário conhecer e compreender em alguns pontos fundamentais e enquanto parte integrante deste mesmo estágio. Assim, torna-se essencial fazer uma breve descrição do elemento ativo deste estágio, a nível pessoal e principalmente a nível profissional.

O Desporto sempre me acompanhou desde os primeiros anos da minha vida, muito por influência do meu pai e demais familiares. Esse acompanhamento foi sempre espelhado no Futebol, fosse seguindo a humilde carreira do meu pai ou ajudando a encher o “velhinho” Estádio 1º de Maio em Braga. Esta influência ganhou um novo foco quando tinha 7 anos e iniciei a prática da modalidade numa escola de formação. A partir daí, os anos foram passando e as vivências foram sendo cada vez mais ricas e lúcidas, tendo a honra de ter jogado nos escalões de formação do Sporting Clube de Braga, Vilaverdense Futebol Clube e Merelinense Futebol Clube. Este trajeto foi sempre conjugado com um bom desempenho escolar, com presenças frequentes nos Quadros de Mérito e de Excelência até finalizar o Ensino Secundário. Seguiu-se o Ensino Superior, e apesar de saber indubitavelmente a área que gostaria de estudar, surgiram algumas dúvidas relativamente à especialização, que tornaram esta fase muito desafiante, também por coincidir com novos desafios também a nível pessoal. Entrei na Faculdade de Desporto com uma clara preferência pela especialização no Treino de Futebol, mas com a especialização em Ensino a criar algumas dúvidas na minha decisão. Estas dúvidas foram rapidamente dissipadas pela atualidade do Ensino no nosso país, mas também pela capacidade que os professores do Gabinete Futebol demonstraram em cativar todo o meu interesse para o treino da modalidade que sempre me fascinou.

Por todos estes motivos, procurei iniciar a minha caminhada como treinador o mais cedo possível, trabalhando com pessoas formadas e

competentes para conseguir criar desde logo uma base de conhecimentos e práticas que me permitisse enfrentar o estágio curricular do 3º ano já com alguma experiência e de forma mais madura. Na realização desse estágio, atingimos desportivamente uma subida aos campeonatos nacionais e também obtive uma nota de 18 valores na Metodologia de Futebol II e III.

Este foi sem dúvida um ano marcante, porque foi o início da certeza em querer tornar o Futebol parte integrante do meu dia-a-dia. A partir deste ano consegui realizar esse objetivo em diversos contextos e em diferentes níveis de profissionalismo. Trabalhei no futebol distrital numa estrutura profissional, no Campeonato de Portugal, na 2ª e na 1ª Liga Portuguesa, assumindo diferentes papéis desde analista a treinador adjunto, sem receio de dar passos à frente e sem vergonha de dar passos atrás quando necessário, sempre com a humildade, profissionalismo e ambição que tenciono que me acompanhem sempre nesta caminhada. Diferentes níveis competitivos, diferentes ambições dos clubes, diferentes personalidades, no fundo tudo o que caracteriza o mundo do Futebol foi-me sendo apresentado nestes últimos anos em pequena escala, o que contribuiu para o meu crescimento profissional e pessoal, e fez com que sentisse a necessidade de delinear alguns objetivos a curto e médio/longo prazo.

2.2. Objetivos

A curto prazo, o grande objetivo deste estágio era permitir-me a conclusão do 2º Ciclo em Treino Desportivo. A longo prazo, este mesmo estágio assumiu elevada importância pelo facto de se posicionar como a grande base do meu futuro profissional. Independentemente do que o futuro me reservar, estou certo de que me proporcionou uma base sólida e abrangente de todas as áreas envolventes ao futebol que me auxiliará a exercer qualquer função.

2.2.1. Objetivos Pessoais

- desenvolver e consolidar a minha identidade como observador e treinador;
- profissionalizar-me e conseguir trabalhar exclusivamente no Futebol;
- aprofundar o conhecimento, não só relativamente à observação, análise e treino, mas também de todas as áreas influenciadoras do rendimento desportivo, tais como a gestão de recursos humanos, psicologia, *coaching*, nutrição, entre outras;
- garantir a elevação dos meus valores humanos em qualquer contexto e situação desportiva/profissional;
- desenvolver a capacidade de relacionamento interpessoal com jogadores e colegas em treino, jogo e mais diversos contextos.

2.2.2. Objetivos Profissionais

- obter o grau de Treinador de Futebol UEFA 'B';
- potenciar a minha capacidade de trabalhar em equipa, inserido num gabinete com hierarquias definidas;
- desenvolver a minha capacidade de análise e intervenção em treino e em jogo;
- potenciar o meu envolvimento no planeamento de treino e planeamento estratégico, tendo como base a análise de jogo e treino (equipa e adversário);
- partilha de conhecimento com profissionais de referência na área do treino e da análise de jogo;
- induzir a análise e a observação de jogo e treino como meio de potenciação e aperfeiçoamento individual e coletivo;
- desenvolver a minha capacidade de trabalhar em contextos de elevada exigência e constante pressão;
- desenvolver a minha capacidade de análise e leitura de jogo, afirmando-me como uma mais valia na análise ao vivo e após os jogos;
- experienciar outras ligas e outros países de forma a conhecer as respetivas culturas sociais e futebolísticas;

- consolidar a minha ação na área da observação e análise, contribuindo para o crescimento e inovação da mesma;
- iniciar a minha intervenção científica, com a publicação de estudos e artigos que possam aprofundar e desenvolver a área da observação e interpretação do jogo de Futebol;
- enriquecer a minha formação, não só com o Doutoramento mas também com a participação em diversas formações que me possam enriquecer como treinador/observador/analista.

2.3. O Estagiário e o Clube

A minha ligação ao Sporting Clube de Braga nasceu nos meus tempos de jogador dos escalões de formação, e após esse período o primeiro regresso teve como objetivo a realização do estágio de licenciatura. Este estágio foi realizado na equipa de sub-14 e culminou numa subida aos campeonatos nacionais da respetiva equipa, atingindo assim o principal objetivo competitivo da época. Posteriormente reingresso no clube em Janeiro de 2018 para realizar as funções de observador e analista na equipa B, inserido no Gabinete de Observação e Análise (GOA). O contexto desta minha segunda passagem foi marcado por um objetivo competitivo muito claro – a manutenção na Ledman Liga Pro (2ª Liga Portuguesa). Paralelamente a este objetivo procurou-se nunca descurar os objetivos formativos inerentes também à realidade que uma equipa secundária exige – potenciar e preparar jogadores para representar a equipa principal. No final da época surgiu a oportunidade de desempenhar as mesmas funções na equipa principal e de forma paralela realizar o estágio inserido no Mestrado de Treino Desportivo com especialização em Treino de Alto Rendimento enquanto desempenhava as respetivas tarefas profissionais.

3. O Contexto:
Sporting Clube de Braga 2018/19

3. O Contexto: Sporting Clube de Braga 2018/19

3.1. A cidade de Braga

Situada a noroeste de Portugal, conhecida como o coração do Minho, é também a cidade onde eu nasci e cresci, onde me formei e desenvolvi (uma pequena ajuda tem que ser reconhecida à cidade do Porto onde frequentei o Ensino Superior). Com uma população de 181 494 habitantes, constituída por 27 freguesias, é uma cidade que tem crescido a olhos vistos tanto cultural como desportivamente, com grande destaque para o desempenho desportivo do Sporting Clube de Braga a nível nacional e internacional.

Para conhecermos a sua origem, temos que recuar às épocas romanas, mais concretamente ao ano 16 a.C. onde tão bela cidade foi edificada com o nome de Bracara Augusta, precisamente em homenagem ao imperador romano Augusto. Porém, existem evidências que a cidade já estaria habitada pelo povo brácario antes da invasão romana, mas foi após esta que entrou verdadeiramente no mapa. Contrastante com esta longa história, esta é também uma das cidades mais jovens da Europa, tendo mesmo sido atribuída a designação de Cidade Europeia da Juventude em 2012, que premiou e potenciou ainda mais as várias iniciativas culturais e sociais na cidade. É, tanto a nível nacional como a nível europeu, considerada uma das melhores cidades para se viver, aliando uma qualidade de vida bastante boa, sem grandes custos, a uma tranquilidade fora do normal.

Conhecida por ter vários pontos de interesse a nível turístico, destacam-se o Santuário do Bom Jesus do Monte e o Monte do Sameiro, dois pontos com grande simbolismo católico, que se situam em pontos bem altos da cidade, e aliam o seu poder cultural a uma tremenda vista sobre esta bela cidade. A Sé de Braga é outro dos pontos que captam mais atenções na cidade, também pelo seu simbolismo religioso. Situada no centro histórico da cidade e classificada como monumento nacional, foi um dos aspetos que contribuiu para a designação de Património da Humanidade pela UNESCO que a cidade teve a honra de lhe ser atribuída. Esta história associa-se de forma harmoniosa ao espírito juvenil

que transpira pela cidade, espírito este muito influenciado pelo facto de aqui se localizar uma das melhores universidades do país, a Universidade do Minho. Assumindo-se como uma das maiores referências do ensino nacional e mundial, atrai milhares de jovens de todos os pontos do globo, o que contribui para esta irreverência pura e multicultural que tanto embeleza esta histórica cidade.

3.2. Sporting Clube de Braga

Fundado a 19 de Janeiro de 1921, é um clube desportivo que conta já com uma vasta história não só no que diz respeito ao Futebol mas também nas mais diversas modalidades. Sediado na cidade de Braga, conta já com inúmeros sucessos distinguindo-se como uma referência nacional por exemplo em futebol, futsal, atletismo, basquetebol, voleibol feminino, bilhar e outros desportos. Contando já com duas Taças de Portugal e uma Taça da Liga apresenta-se como o sexto clube mais titulado do futebol português, atrás de FC Porto, SL Benfica, Sporting CP, Boavista FC e Os Belenenses. A juntar a este facto junta ainda mais feitos ímpares tanto a nível nacional como internacional. Nos últimos anos tem sido notória a evolução do clube, com o futebol a ser a principal bandeira desta evolução e com uma aproximação notória e gradual dos chamados “três grandes”. No que diz respeito ao futebol profissional, conta com duas equipas masculinas e uma equipa feminina, esta última que é já uma referência na modalidade que cresceu exponencialmente nos últimos três anos. Outra grande referência desta evolução é o crescimento do número de sócios nestes últimos anos, sendo já mais de 30.000 com a cidade a envolver-se cada vez mais nos feitos e conquistas do clube. No que diz respeito às suas rivalidade o seu principal rival é o Vitória Sport Clube, clube também sediado no Minho mas com o qual é travada uma saudável rivalidade com jogos muito emocionais a caraterizar o derby minhoto.

3.2.1. SC Braga: A caminhada da esperança Gverreira (1921-Presente)

Até se chegar a este Braga conhecido internacionalmente a caminhada foi longa e nem sempre realizada nos palcos principais do futebol português. Assim, torna-se essencial perceber um pouco do que foi o percurso do clube desde a sua fundação. Apesar de existirem defensores acérrimos de que o clube foi fundado em 1914, a data oficial da sua criação remete-nos para o dia 19 de Janeiro de 1921. A ideia surgiu de um grupo de estudantes que decidiu criar um clube de futebol que representasse a cidade.

Seguiram-se depois algumas décadas marcantes no clube, marcadas por sucessos e insucessos mas onde os primeiros foram mais frequentes e bastante importantes para a afirmação do clube no panorama desportivo nacional. A primeira grande conquista do clube surgiu em 1947, onde o clube se sagrou campeão da Segunda Divisão e conseguiu a promoção à Primeira Divisão Nacional. Em 1961, um pequeno dissabor atirou o clube novamente para a Segunda Divisão da qual apenas saíria em 1964 com nova subida à Primeira Divisão, novamente com o título de campeão da divisão secundária. Apenas dois anos depois o clube viveu o seu grande momento até à data, com a conquista da Taça de Portugal frente ao Vitória de Setúbal, a 22 de Maio de 1966 e esta vitória garantiu a participação na extinta Taça das Taças, o que levou o clube para lá das fronteiras nacionais e foi a primeira inscrição do clube em provas internacionais. Três anos depois, em 1970, o clube volta a cair na Segunda Divisão e apenas cinco épocas depois consegue voltar à divisão principal, onde se mantém desde então.

No século XXI o clube estabilizou as suas prestações internas, com campanhas estáveis na metade superior da tabela e tornou-se também participante assíduo das competições europeias, de onde se destacam as duas presenças na Liga dos Campeões, a presença na final da Liga Europa e a conquista da Taça Intertoto. A época 2010/11 foi marcante para o clube no que diz respeito às provas europeias, pois após ultrapassar a Terceira Pré-Eliminatória e no PlayOff de acesso à Liga dos Campeões respetivamente, garantiu a entrada pela primeira vez da sua história na principal liga europeia. Num grupo onde partia como a equipa menos experiente conseguiu um louvável

3º lugar, que garantiu o acesso à Liga Europa. Seguindo por esta via o clube atingiu o seu maior momento ao chegar à final da prova, perdendo por 1-0 frente ao FC Porto num final portuguesa em Dublin (Irlanda).

Dois anos após este feito o clube voltou às conquistas internas, com a conquista da Taça da Liga ao vencer o FC Porto na final, vingando o resultado da final europeia. A mais recente das conquistas aconteceu no final da época 2015/16 com a segunda conquista da Taça de Portugal ao vencer novamente o FC Porto, nas grandes penalidades acrescentando assim mais um troféu ao seu palmarés.

Como se percebe, atualmente o clube atravessa um período de afirmação e consolidação como uma das referências entre os clubes portugueses. Clube com uma grande mística, infraestruturas de qualidade, estrutura forte e organizada o que ajuda aos resultados obtidos nas últimas épocas, com classificações constantes nos cinco primeiros lugares da tabela, boas prestações internacionais e uma aproximação gradual aos clubes de maior referência nacional. Prova disso foi a época precedente ao estágio, onde o clube realizou a melhor pontuação de sempre na Primeira Liga Portuguesa, numa luta até à última jornada pelos lugares do pódio que infelizmente não foram alcançados mas tal facto não apaga o brilhantismo da época realizada.

3.2.2. Palmarés SC Braga

Futebol Masculino:

- Vice-Campeão Nacional de Futebol (2009/10)
- Vencedor da Taça de Portugal (1965/66 e 2015/16)
- Vencedor da Taça da Liga (2012/13)
- Vencedor Taça FPF (1976/77)
- Campeão Nacional da 2ª Divisão (1946/47 e 1963/64)
- Vice-Campeão da Taça Ribeiro dos Reis (1970/71)
- Campeão Nacional de Juniores (1976/77 e 2013/14)
- Campeão Nacional de Juvenis (1950/51)
- Vencedor da Taça Nacional de Juvenis (1981)

- Finalista da Liga Europa (2010/11)
- Vencedor da Taça Intertoto (2008/09)

3.2.3. Infraestruturas SC Braga

Inaugurado em 2003, o Estádio Municipal de Braga funciona como a base da equipa principal de futebol profissional do SC Braga. Um estádio dotado de grande valor arquitetónico, com as suas bancadas poente e nascente ligadas por cabos sobre a famosa pedreira, desde o primeiro dia que encanta todos os que por lá passam. Acolhe assim os jogos da equipa principal e todo o dia-a-dia da estrutura do futebol profissional nos seus aposentos. Ao seu lado existem dois campos anexos que servem a equipa para a realização dos seus treinos diários de forma a maximizar a preparação para cada jogo. Toda esta envolvência pode ser observada na Figura 1, onde é perceptível a proximidade das instalações do Estádio Municipal de Braga em relação aos campos anexos, ficando evidente que a equipa tem assim todo o conforto necessário para realizar o seu trabalho diário. Como referi anteriormente, é neste espaço onde estão instalados todos os gabinetes de apoio ao funcionamento diário do clube, entre eles: Departamento de Futebol Profissional, Gabinete Técnico, Gabinete de Observação e Análise (GOA), Gabinete de Otimização Desportiva (GOD), Gabinete de Observação e Recrutamento de Talentos (GORT), Departamento de Logística (Equipamentos, Segurança, Frota) e Departamento de Comunicação.



Figura 1: Estádio Municipal de Braga e Campos Anexos

Foi em 2017 que se deu um dos maiores passos na história do clube, com a inauguração da Cidade Desportiva SC Braga. A casa da formação, o viveiro de talentos há muito desejado por toda a estrutura e sócios do clube. Nesta primeira fase as instalações foram dotadas de balneários, gabinetes técnicos para os diversos escalões e modalidades, e ainda 6 campos (3 relvados naturais e 3 relvados sintéticos) para potenciar todos os jovens que passam pela academia minhota. Este feito foi um upgrade bastante importante para a evolução da formação de atletas no clube, permitindo concentrar os treinos e os jogos dos diversos escalões de formação que antes estavam dispersados por diversos campos da cidade, aumentando assim o contacto entre jogadores e treinadores, desde a equipa B até às escolas de iniciação.

As instalações são também usadas com alguma frequência pela equipa principal quando existe necessidade de gerir o estado do relvado dos campos anexos ou quando as instalações do estádio se encontram ocupadas como, por exemplo, na semana da Final Four da Taça da Liga, passando a totalidade do funcionamento da equipa para a Cidade Desportiva.

Está projetada ainda uma segunda fase na construção desta cidade desportiva que irá dotar o clube de um mini-estádio, um pavilhão multiusos e uma área onde se vai concentrar todo o trabalho da estrutura da equipa principal.

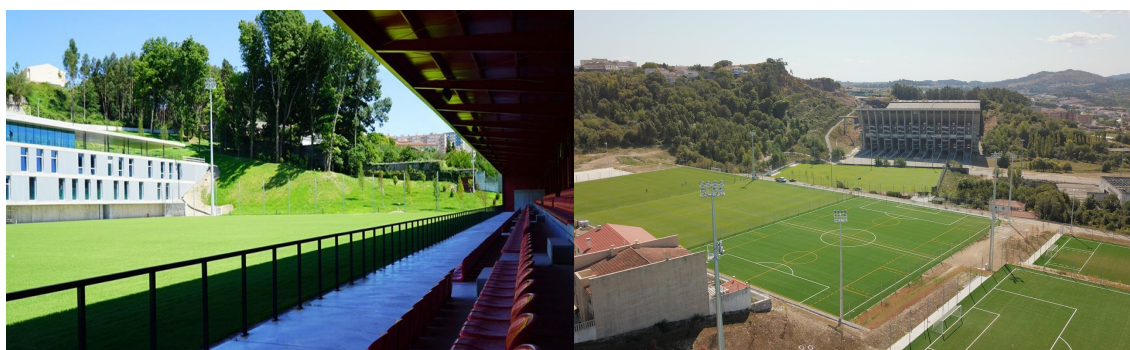
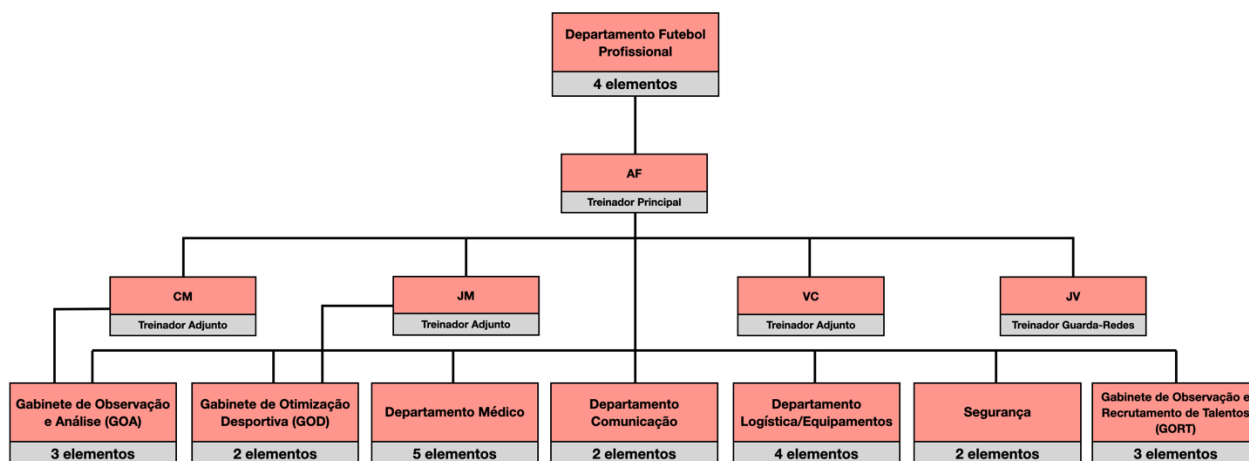


Figura 2: Cidade Desportiva SC Braga

3.3. Staff Técnico e Estrutura Profissional de Futebol

Como podemos observar no quadro 1, atualmente o Sporting Clube de Braga é um clube com uma estrutura especializada e multifacetada no que diz respeito à sua área para o futebol profissional. A existência de gabinetes e profissionais especializados para cada área assume um papel determinante na medida em que permite distribuir o trabalho e as tarefas de forma a que o treinador e adjuntos não sejam sobrecarregados com a certeza de que o sucesso é assegurado pela qualidade e competência dos elementos que constituem cada departamento. O papel de ligação realizado tanto pelo treinador principal como pelos seus adjuntos em determinados gabinetes (principalmente GOA e GOD) é também crucial para o sucesso acima referido.

Quadro 1: Organigrama da Estrutura para o Futebol Profissional do Sporting Clube de Braga



Departamento de Futebol:

- Diretor Geral: RC
- Secretário Técnico: RP
- Secretário Técnico: JA
- Apoio ao atleta: AG

Equipa Técnica:

- Treinador Principal: AF
- Treinador Adjunto: JM
- Treinador Adjunto: CM
- Treinador Adjunto: VC
- Treinador de Guarda-Redes: JV

Gabinete de Observação e Análise:

- Responsável: CM
- Analista: RM
- Analista: TC
- Analista: Tiago Pires

Gabinete de Otimização Desportiva:

- Fisiologista: JR
- Fisiologista: ET

Equipa Médica:

- Médico: VM
- Enfermeiro: PM
- Enfermeiro: LM
- Fisioterapeuta: FM
- Fisioterapeuta: HM

3.4. Plantel

No quadro 2 pode ver-se o plantel que representou a equipa principal do SC Braga na época 2018/19. Numa lista de 30 jogadores destaco duas notas: um dos jogadores apenas se juntou ao plantel a partir de Janeiro proveniente da equipa B para colmatar algumas ausências por lesão na sua posição; e um dos jogadores saiu por empréstimo para competir com mais regularidade na Primeira Liga, também em Janeiro. Desta lista nota para as seis contratações (excetuando jogadores promovidos da equipa B) relativamente à época anterior sendo que duas destas se realizaram por empréstimo. Destaque também para o facto de no mercado de transferências de Janeiro não ter sido efetuada qualquer transferência, tal importância foi dada à manutenção de todos os jogadores para a equipa poder atingir os objetivos a que o clube se propôs.

As posições observadas no quadro são meramente informativas tanto pela polivalência dos jogadores permitir que estes fossem utilizados em posições diferentes das assinaladas, mas também pela fluidez das estruturas idealizadas e utilizadas ao longo da época. Como é possível também observar existiam dois grandes núcleos a nível de nacionalidades: 16 portugueses e 13 brasileiros. Apenas uma exceção o que evidencia a inexistência de qualquer barreira linguística neste plantel, tendo em conta que com a exceção de apenas um jogador todos apresentavam a língua portuguesa como língua mãe.

Quadro 2: Plantel do Sporting Clube de Braga 2018/19

Posição	Número	Ano de Nascimento	País de Nascimento	Clube Anterior
Guarda-Redes	1	1992	Brasil	SC Braga
Guarda-Redes	12	1995	Portugal	SC Braga
Guarda-Redes	28	1987	Portugal	SC Braga
Guarda-Redes	94	1995	Portugal	SC Braga B
Lateral Direito	2	1991	Portugal	SC Braga
Lateral Direito	47	1993	Portugal	SC Braga
Lateral Direito	87	1987	Brasil	SC Braga
Defesa Central	14	1992	Brasil	CS Marítimo
Defesa Central	24	1992	Portugal	SC Braga
Defesa Central	34	1989	Brasil	SC Braga
Defesa Central	36	1995	Brasil	SC Braga
Defesa Central	92	1999	Portugal	SC Braga B
Defesa Central	97	1997	Brasil	SC Braga B
Lateral Esquerdo	5	1990	Portugal	SC Braga
Lateral Esquerdo	6	1995	Brasil	GD Estoril Praia
Médio Centro	8	1994	Brasil	SC Braga
Médio Centro	17	1993	Portugal	Rio Ave FC
Médio Centro	25	1988	Brasil	Al-Ahli (Arábia Saudita)
Médio Centro	27	1990	Brasil	SC Braga
Médio Centro	60	1995	Portugal	Sporting CP
Extremo / Médio Ofensivo	10	1997	Portugal	SC Braga
Extremo / Médio Ofensivo	11	1993	Brasil	GD Estoril Praia
Extremo	19	1994	Brasil	CD Nacional
Extremo / Médio Ofensivo	21	1994	Portugal	SC Braga
Extremo	26	1993	Portugal	SC Braga
Extremo	77	1999	Portugal	SC Braga B
Avançado	7	1990	Portugal	SC Braga
Avançado	20	1992	Portugal	SC Braga
Avançado / Extremo	55	1997	Brasil	SC Braga B
Avançado	99	1989	África do Sul	SC Braga

3.5. Enquadramento Competitivo

3.5.1. Primeira Liga Portuguesa - Liga NOS

No que diz respeito à Primeira Liga Portuguesa - Liga NOS, tratava-se de uma prova bastante competitiva que apesar de ver a luta pelo título ao longo da sua história centrada em apenas três clubes, sempre revelou bastante competitividade nas lutas pelo acesso às provas europeias e pela manutenção. Felizmente o SC Braga tem conseguido atingir lugares cimeiros, com constantes aproximações ao pódio da competição, o que tornava este desafio bastante aliciante à partida mas, ao mesmo tempo, de responsabilidade acrescida em cada dia de trabalho. Por isso mesmo, o lema do clube sempre foi fazer sempre melhor que ontem, de forma a conseguir realizar a melhor época de sempre, assumindo-se como o principal objetivo do clube.

A competição era composta por 18 clubes e considerada uma das dez melhores ligas do mundo, o que se pode considerar positivo para a realidade competitiva e financeira onde esta se insere, mas que mesmo assim a sua reputação apresenta um crescimento constante, sendo vista como uma boa rampa de lançamento para muitos jogadores que se querem iniciar no futebol europeu. Assume-se, acima de tudo, como uma prova de regularidade e isso acaba por fazer a diferença entre as equipas nas lutas pelos mais diversos objetivos (desde o título até à manutenção).

3.5.2. Taça de Portugal

A segunda maior prova nacional, considerada a prova rainha do futebol português. É o sonho de qualquer participante conseguir conquistar esta taça tendo em conta o seu simbolismo e o seu valor simbólico. É uma prova de superação, onde se é constantemente confrontado com um sorteio que nos pode apresentar desafios de diversos níveis de dificuldade e é sempre um objetivo de todos os clubes chegar longe nesta prova como sinal de superação. Para além disso, é uma prova que permite aos clubes mais “pequenos” sonhar, como são prova as já muitas vitórias de clubes que no início não eram considerados favoritos. O clube já conquistou por duas vezes esta prova e a vontade de a

voltar a conquistar foi algo que esteve presente na mente de cada elemento do clube desde o primeiro dia.

3.5.3. Taça da Liga CTT

A prova mais recente do panorama desportivo nacional, cujo início demorou a agradar a todos os agentes desportivos mas que com o passar dos anos foi ganhando gradualmente o seu espaço e o respeito de todos os clubes. Marcada por uma primeira fase entre os clubes da 2ª Liga e os clubes que terminaram a época anterior na metade inferior da tabela da prova principal. Após esta fase foram sorteados 4 grupos, onde os 4 primeiros classificados da época anterior se assumem como cabeças-de-série. O vencedor de cada grupo apurava-se para a fase final, onde seria jogada em formato de *final four*. Foi notória uma maior seriedade de todos os clubes no que diz respeito a esta competição, havendo uma menor rotatividade de jogadores. Na sua curta existência, o SC Braga tem a honra de se posicionar como um dos clubes que já venceu a competição o que trazia uma maior responsabilidade de lutar pela vitória na prova. Para além disso o facto de a fase final se realizar na cidade de Braga e no nosso estádio tornou ainda mais apelativo e exigente o sucesso na prova.

3.5.4. Liga Europa

Tenho que assumir que à partida esta era a prova que mais expectativas me suscitava inicialmente. A possibilidade de participar numa competição europeia sempre foi um dos meus objetivos e seria concretizado com a entrada na Terceira Pré-eliminatória da prova. O grande objetivo do clube passava por ultrapassar as duas rondas restantes de qualificação de forma a entrar na fase de grupos a partir da qual a definição dos objetivos seria feita jogo a jogo, sempre com o objetivo de ir o mais longe possível na cabeça de cada elemento do plantel, staff e estrutura. É a segunda maior prova europeia, e apesar deste estatuto consegue sempre “receber” clubes de grande reputação a nível mundial o que faz com que a prova tenha um nível competitivo muito elevado.

3.6. Objetivos de Performance

Os objetivos para todas as competições são definidos de forma algo “superficial” no início mas com o desenrolar das mesmas estes foram atingindo uma maior profundidade e especificidade de acordo com os contornos que a época apresentou. Obviamente que a definição inicial destes é de grande importância não só na definição do plantel mas também para servirem como avaliadores do trabalho de jogadores, equipa técnica e restante estrutura. No fundo é a definição destes objetivos que nos permite balizar o nosso trabalho no decorrer da época e adaptar o nosso *modus operandi* consoante estes forem sendo atingidos ou não e, caso não sejam atingidos a sua reformulação é de extrema importância.

No que diz respeito aos objetivos de formação, um dos objetivos principais era manter uma boa coesão e espírito de equipa, de forma a potenciar um coletivo forte na luta pelos objetivos competitivos também traçados. Formar uma equipa e jogadores com mentalidade vencedora para encararem todos os momentos com a ambição de conquistas, assim como encararem as derrotas como indicadores de superação e evolução. Potenciar jogadores preparados para qualquer contexto competitivo, seja representar um clube de maior expressão mundial ou a seleção nacional.

Quanto aos objetivos de preparação estes já abrangem mais dimensões. No que diz respeito à vertente física foram definidos como objetivos a maximização dos jogadores no que diz respeito à resistência aeróbia e força específica do jogo. Potenciar a capacidade de mudança de direção, velocidade e contacto físico. Adaptar e potencializar as capacidades físicas específicas de cada jogar relativamente à sua posição e características. Na vertente técnico-tática os objetivos principais passam por construir uma equipa capaz de dominar as ações técnicas mais influentes na performance desportiva assim como compreender todos os momentos do jogo e respetivas adaptações que ele exige. Pretende-se também a criação de situações que permitam ao jogador desenvolver a capacidade de decisão em momentos de máxima pressão

(entenda-se interna ou externa) acompanhada por uma capacidade de execução elevada também.

Por fim, os objetivos competitivos são mais quantificáveis e foram definidos como:

- atingir o pódio da Liga NOS na época 2018/19;
- lutar por um lugar de acesso à Liga dos Campeões 2019/20;
- conseguir o acesso à Liga Europa na época 2018/19;
- atingir as meias-finais de ambas as taças nacionais;
- conquistar uma das taças nacionais (Taça de Portugal e/ou Taça da Liga);
- ultrapassar o número de pontos atingidos na época anterior (75 pontos);
- ultrapassar o número de golos marcados na época anterior (74 golos marcados);
- reduzir o número de golos sofridos na época anterior (29 golos sofridos).

4. Gabinete de Observação e Análise (GOA) enquanto área técnica

4. Gabinete de Observação e Análise (GOA) enquanto área técnica

Este gabinete funcionou como uma área fundamental das minhas funções enquanto treinador estagiário, pois cada trabalho que ali realizei foi efetuado com a mesma responsabilidade que o treinador tem quando se encontra na área técnica do relvado a tomar decisões. Sou um grande defensor da importância, influência e merecido reconhecimento dos observadores e analistas, e se quero despertar este reconhecimento por parte de todos os intervenientes no Futebol, torna-se imprescindível empregar o máximo profissionalismo e perfeccionismo em cada tarefa que realizo.

Ao longo das várias experiências que tive no futebol, concretamente na área da observação e análise de jogo, fui apelidado de “rapaz do vídeo” ou “técnico de audiovisuais”. Este comportamento nunca me diminuiu, e fez, inclusive, com que eventualmente acabasse por ser reconhecido pela competência em cada uma dessas experiências. Não fugindo à regra, tentei fazer o mesmo ao longo deste ano, e o facto de ter encontrado um staff técnico liderado por um treinador interessado pela área, que reconhece a importância do processo de observação e análise, valorizou bastante o nosso trabalho e, ao mesmo tempo, fez com que aprendesse bastante devido às críticas construtivas que fomos recebendo. Para a mudança da visão descrita acima, é bastante importante também a nossa ligação ao treino, fator que eu considero que resulta de forma gradual no reconhecimento dos analistas tanto interna como externamente. A ligação ao treino é algo que também devo enaltecer, por ter estado próximo de um dos melhores treinadores nacionais e conseguir absorver muito do que era a sua metodologia e visão relativamente ao treino e à sua operacionalização. Esta transmissão de conhecimento que este estágio me proporcionou, juntamente com a ligação ao processo de treino que as minhas funções exigiam, auxiliaram a que este fosse um período de inegável enriquecimento para o “Eu - Treinador” e para o “Eu – Analista de Jogo”.

No que diz respeito novamente à Observação e Análise de Jogo, anteriormente a este período de estágio o trabalho de gabinete era desconhecido

para mim. Nas experiências anteriores estive inserido na equipa técnica, assumindo integralmente as funções da Observação e Análise de Jogo. Assim, na época transata, ingressei na equipa B do Sporting Clube de Braga de mente aberta para este novo ambiente de trabalho, ao qual considero que facilmente me adaptei. Creio que isto se sucedeu devido à minha abertura para a nova dinâmica de trabalho, mas também pela ótima relação que os elementos que já se encontravam no gabinete criaram, orientando-me no processo.

4.1. A Observação e a Análise de Jogo no Futebol

É por demais evidente que atualmente encontramos estruturas cada vez mais especializadas nas equipas profissionais de futebol, compostas por gabinetes de fisiologia, psicologia, fisioterapia e muitos outros considerados imprescindíveis para o sucesso desportivo ao mais alto nível. É inegável que a Observação e a Análise de Jogo são processos que se encontram na moda no futebol atual. A presença deste fenómeno no Futebol surge pela primeira vez nos anos 80, quando Dufour desenvolveu o primeiro sistema de observação sistemática do comportamento motor dos jogadores. Desde aí, os processos foram evoluindo e, em Portugal, começaram a surgir alguns treinadores a olhar para a estatística como um dado importante, como foi o caso de José Maria Pedroto. Esses estatísticos foram evoluindo para analistas, com o aumento de complexidade dos processos e ferramentas disponíveis. Atualmente, este fenómeno está enraizado na maioria das estruturas profissionais e semiprofissionais, com os treinadores a fazerem-se acompanhar de responsáveis pela análise na sua equipa técnica (Garganta, 1998).

Como refere Garganta (1997), a avaliação da performance através da análise do comportamento permite uma melhor interpretação dos aspetos que consideramos importantes para a qualidade do nosso “jogar”. Adicionalmente, permite planejar o treino de forma orientada e focada tanto na análise do adversário como na análise da própria equipa após o jogo, permitindo assim uma melhor planificação e preparação do jogo seguinte. Aliado à importância que os

treinadores reconhecem neste processo, isto faz com que seja atualmente possível classificar o trabalho de analista e observador em Futebol como uma nova profissão. Esta nova posição surge através da necessidade de responder a um jogo cada vez mais complexo e de forma a não ocupar o treinador e adjuntos com esta tarefa, delegando a uma ou várias pessoas focadas unicamente neste processo. Estando o futebol a tornar-se um desporto cada vez mais complexo, torna-se importante estudar cada pormenor e da forma mais profunda possível.

A análise pode ser então dividida, de acordo com a literatura, em três gêneros diferentes: própria equipa, adversário e prospecção (Wooden, 1988, Silva, 2006, Ventura, 2013). Atualmente começa a surgir com frequência um quarto e quinto tipos: a análise de treino (Silva, 2006, Costa, 2018) e análise de esquemas táticos (Macedo, 2015), que estão intimamente ligadas às análises da própria equipa e do adversário, mas que, principalmente a última, começam a ter pessoas especializadas somente nesses aspetos.

Tendo em conta o ponto anterior, torna-se também importante, como já referi, diferenciar a Análise e a Observação do *Scouting*, acima denominada como prospecção. Os clubes com maior poder financeiro já têm, inclusive, diferentes gabinetes para cada uma das áreas. Pessoas especializadas na análise, responsáveis pela análise de adversários e da própria equipa, focados nos processos e dinâmicas que resultam no rendimento; simultaneamente, outras pessoas especializadas na área do *scouting* são responsáveis pela observação de jogadores para possíveis contratações e identificação de talentos. Citando Garganta (1997), a Análise de Jogo tem como objetivo a identificação de fatores que influenciam a performance desportiva. Estes devem ser considerados para o planeamento de treino e na organização de jogo. Esta visão é defendida também por Carling et al. (2005), referindo-se à Análise de Jogo como um processo que permite obter informações importantes para o fornecimento de *feedbacks* sobre a performance. Por outro lado, Sánchez (2015) descreve que o *Scouting* está orientado para a observação e para o recrutamento de jogadores, assumindo que este processo é centrado numa análise individual, ao contrário da Análise de Jogo cujo foco principal é a análise

dos processos coletivos e de que forma os aspetos individuais os fortalecem ou diferenciam.

Compreendendo esta diferença, percebe-se que cada vez mais existe uma especialização em cada uma destas áreas, relacionadas mas distintas. Esta especialização constante surge da procura da perfeição por parte dos treinadores e das próprias estruturas dos clubes, que cada vez mais procuram dar condições de excelência para os seus ativos trabalharem e, felizmente, o Sporting Clube de Braga consegue dar essas condições. Atualmente, os treinadores valorizam bastante o facto de poderem ter uma enorme quantidade de informação disponível acerca dos adversários, de forma a ganhar alguma vantagem sobre o mesmo (Garganta, 1996). Este conhecimento passa pelo estabelecimento de padrões, movimentos e comportamentos frequentes, pontos fortes a defender e pontos fracos a explorar. Acima de tudo, é importante que o analista se certifique que os dados recolhidos são transformados em informação útil para os treinadores e para os jogadores (Garganta, 1997, 2003). A função do analista vai muito além da filmagem e da análise do adversário, pois representa um papel ativo na leitura do jogo e da análise da própria equipa, transmitindo ao treinador tudo o que ache pertinente ser corrigido.

O planeamento é fundamental para que este processo seja eficiente. Não faz sentido não haver planeamento da análise, pois acredito que essa seja a única maneira de potenciar ao máximo as ferramentas que temos ao nosso dispor. Começando por delinear o que se vai observar e de que forma (se *in loco* ou através de suporte vídeo), segue-se a passagem para a observação propriamente dita, onde se torna vital uma organização eficiente das tarefas, devido à existência de datas limite, assegurando assim que o trabalho é entregue ao treinador a tempo e horas. Posteriormente, na análise, onde é incluído algum cunho pessoal, procede-se à leitura dos momentos e interpretação dos padrões, com o objetivo de obter a vantagem que o treinador tanto procura. Para finalizar, surge a elaboração do relatório e a edição do vídeo, sempre de acordo com os parâmetros que o treinador pretender.

Todo este processo se assume, indubitavelmente, extremamente desgastante e exigente. Não obstante, é extremamente satisfatório quando este

nosso trabalho se comprova proeminente, ao sentirmos que a forma como a nossa equipa se superiorizou ao adversário teve a nossa influência. Para um analista, na minha opinião, essa é a maior evidência e confirmação da qualidade e competência do seu trabalho.

4.2. Influência da Observação e Análise no planeamento do processo de treino

Com o desenrolar deste estágio, rapidamente me apercebi do quanto a equipa técnica valorizava o nosso trabalho, o que, evidentemente, se comprovou como uma mais valia para o reconhecimento individual (do analista) e coletiva (do gabinete). O interesse e visão do treinador fez com que tivéssemos que aliar uma grande responsabilidade com uma grande autonomia, o que para mim foi muito positivo e desafiante porque fez com que se extraísse o melhor de cada um dos elementos do gabinete, ao invés de haver três elementos completamente formatados e restritos a uma única linha de ação/ pensamento. Isto significa que cada um tinha liberdade e autonomia para dar as suas opiniões e sugestões. Evidentemente que esta autonomia era orientada pelos objetivos e regras traçados, mas cada um assumiu um determinado grau de liberdade para dar o seu cunho pessoal à informação recolhida, uma vez que os nossos olhos não veem todos da mesma forma, funcionando como complementares. Com base nesta confiança, foi surgindo também espaço para que os analistas contribuíssem para o planeamento estratégico, que esteve sempre intimamente ligado ao planeamento de treino. A nossa influência em treino não se ficava por esse apoio prévio e estendia-se ao *feedback* durante e após o treino.

Era no treino que se testemunhava a principal influência do nosso trabalho na preparação para o jogo. Assumindo sempre o nosso “jogar” como principal pilar para o treino, as nuances estratégicas para o jogo eram colocadas em treino de duas formas: uma de forma subliminar e subconsciente para o jogador que ocorria nos treinos prévios à apresentação do adversário; a segunda de forma

mais transparente e consciente onde gradualmente começávamos a transmitir o plano de jogo estratégico para os jogadores.

4.3. Gabinete de Observação e Análise (GOA)

4.3.1. Dinâmica de funcionamento

Ao longo deste estágio sempre existiu uma forte dinâmica entre os elementos do GOA e a equipa técnica, muito por intermédio da proatividade dos elementos que o constituem e do responsável pela ligação com a equipa técnica. Novas tarefas surgiam de forma constante, desde a definição de janelas de código, definição do relatório a usar para a observação dos adversários, articulação dos nossos dados com os fisiologistas de forma a ter uma melhor perceção do esforço dos atletas, entre outros exemplos.

No que diz respeito aos elementos do gabinete, receberam-me da melhor forma possível. Apesar de já conhecer um dos elementos desde o primeiro ano da faculdade e termos construído uma relação de grande amizade, fui prontamente colocado a corrente de todo o processo e funcionamento do gabinete por ambos. Ao longo do período deste estágio este gabinete funcionou como um espaço de permuta de conhecimentos e capacidades que nos permitiu evoluir individualmente mas também em todos os aspetos coletivos do nosso trabalho. Foi evidente o esforço de todos os elementos na construção de uma boa equipa de trabalho na procura de termos, enquanto gabinete, uma influência positiva no rendimento da equipa ao longo da época.

4.3.2. Recursos Humanos

Para um funcionamento harmonioso e produtivo do gabinete, é imperial a existência de uma hierarquia bem definida (quadro 3). A importância do responsável pelo processo é grande por estar inserido na equipa técnica. Desta forma, o nosso trabalho sempre esteve focado em tarefas realmente úteis para

o Treinador e para o planeamento dos treinos com base na análise dos adversários e da própria equipa após cada jogo. O facto de o responsável já ter desempenhado as mesmas funções que desempenhamos neste momento torna-se relevante pois consegue certificar-se que não nos são incutidas tarefas que não serão essenciais para o processo e que nos façam desperdiçar tempo útil de trabalho. O responsável assume-se também como elo de ligação entre o gabinete e os treinadores, não apenas no que às tarefas diz respeito mas também ideias e sugestões que os analistas possam promover.

Quadro 3: Recursos Humanos do GOA

Gabinete de Observação e Análise (GOA)		
Treinador Adjunto / Coordenador		
Analista 1	Analista 2	Tiago Pires

4.3.3. Recursos Materiais

O GOA apresenta condições de grande nível para a realização das nossas tarefas porque nos últimos anos houve uma sensibilização de todos os elementos do clube relativamente à sua importância e das respetivas condições de trabalho. Isto resultou num investimento financeiro por parte do clube, o que nos permite ter ao dispor algumas das melhores ferramentas e softwares que o mercado oferece.

- 2 câmaras e 2 tripés SONY

Utilizadas na filmagem de treinos e jogos. Em dia de jogo uma é utilizada para filmagem técnica aberta enquanto que a outra é utilizada para filmagem do treinador de guarda-redes (meio-campo defensivo).

- 1 Macbook Pro (por elemento)

Utilizado exclusivamente para uso profissional. Apresenta todas as características necessárias para um bom desempenho utilizando todas as ferramentas e softwares necessários no desempenho das nossas funções.

- Licença SportsCode

Principal software para a análise. Utilizado maioritariamente para a visualização e codificação dos jogos dos adversários, apresenta também ferramentas que permitem filtrar e organizar as imagens de vários jogos de forma rápida e simples. Utilizado também para a codificação ao vivo em dia de jogo, permitindo ter o jogo fragmentado logo após o seu término facilitando a análise pós-jogo.

- Conta WyScout e InStat

Plataforma de fornecimentos de vídeos. Utilizada para aceder aos jogos em versão televisiva. Permite pesquisa personalizada com vários tipo de filtros, coletivos e individuais. Utilizada também para realizar análise individuais ou para filtrar a nossa pesquisa por momento de jogo como, por exemplo, esquemas táticos.

- Conta GoalPoint

Fornecimento de dados estatísticos personalizados. Caracterizada por três dimensões: coletiva, individual e adversário. No que diz respeito aos dados individuais era fornecido um relatório individual (por jogador) e coletivo personalizado com dados referentes ao último jogo logo após o mesmo. Em termos de relatório de adversário era fornecido um relatório com dados estatísticos dos últimos oito jogos resultando numa análise quantitativa coletiva e individual do próximo adversário de forma a sustentar a nossa análise qualitativa. Todos estes relatórios foram personalizados, tanto a nível de estética como de conteúdo de acordo com parâmetros definidos por nós analista e pela equipa técnica.

4.3.3.1. Gestão dos Recursos Materiais

É notória uma consciencialização por parte de todas as pessoas que rodeiam o processo, desde treinadores, departamento de futebol profissional até à administração do clube, o que torna possível a aquisição das ferramentas que consideramos importantes para realizar o nosso trabalho diário. Comparando com contextos onde estive inserido anteriormente, permite-me concluir faz diferença no cumprimento dos prazos definidos, que temos que seguir, e na possibilidade de realizar as mais complexas tarefas de uma forma mais simples e intuitiva, o que abre espaço temporal e mental para abranger muitas outras tarefas.

4.3.3.2. Relação com empresas parceiras

Um outro aspeto que foi uma novidade para mim (já o tinha sentido de forma mais distante quando exerci funções na equipa B) foi o envolvimento com as empresas parceiras, como a GoalPoint, Hudl/SportsCode, Chyronego, InStat e Wyscout. Esta relação vai muito mais além do que o fornecimento de um serviço pois na maioria dos casos existe um frequente contacto de forma a potenciar uma constante evolução dos serviços prestados. Foram assim realizadas imensas reuniões ao longo da época (presencialmente ou por videochamada) com o objetivo de resolver problemas, retirar dúvidas, trocar ideias que permitissem que as relações crescessem e até existisse um pontual feedback de ambas as partes. Tal como o ponto anterior, pode parecer algo pouco significativo, mas na minha opinião apresenta-se como uma demonstração de evolução do clube, porque este tipo de parcerias proporcionam uma maior qualidade de trabalho, uma maior quantidade e qualidade de informação e, no fundo, uma ajuda especializada nas mais diversas áreas: edição de vídeo, base de dados, análise estatística, entre outros.

***5. Modelo de Treino:
Planeamento e
Operacionalização***

5. Modelo de Treino: Planeamento e Operacionalização

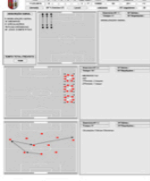
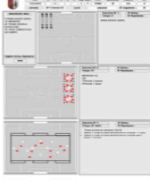
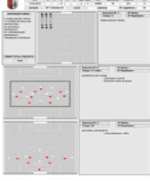
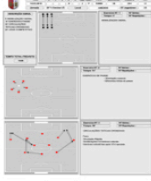
5.1. Microciclos de Treino

Sabendo que no Futebol a generalidade dos trabalhos são visíveis e avaliados através dos resultados, é inegável que existe um longo caminho até às tão ansiadas vitórias ou indesejadas derrotas. Esse caminho é, na minha opinião, baseado num processo gradual, evolutivo e em constante transformação: o Treino.

É no treino que são construídos todos os “alicerces” da nossa equipa e do nosso jogar. É também sobre o Treino que se vai construindo toda a identidade dessa mesma equipa, envolvendo e moldando todas as características individuais dos jogadores, com uma constante adaptação sobre as vicissitudes com as quais o caminho nos for influenciando e assumindo como linha orientadora as ideias e os princípios do Treinador. Todo este envolvimento resultará no Modelo de Treino e no Modelo de Jogo da nossa equipa.

Sendo este o processo que centrou a minha experiência como Treinador Estagiário e onde pude aprender, experienciar, errar e evoluir todas as minhas valências enquanto Treinador, seguem-se dois exemplos de microciclos (quadro 4), onde são demonstradas as respetivas unidades de treino, o seu planeamento e a respetiva operacionalização. Todas as reflexões realizadas ao longo do estágio foram de importância inquestionável neste percurso, estando aqui exposto um exemplo demonstrativo desta aprendizagem.

Quadro 4: Exemplo Microciclos de Treino

Microciclo 36					
Segunda-Feira 11/03 - UT 211	Terça-Feira 12/03 - UT 212	Quarta-Feira 13/03 - UT 213	Quinta-Feira 14/03 - UT 214	Sexta-Feira 15/03 - UT 215	Sábado 16/03 - Jornada 26
					
Reflexão Pós-Treino	Reflexão Pós-Treino	Intervenção Estratégica Reflexão Pós-Treino	Intervenção Estratégica Reflexão Pós-Treino	Intervenção Estratégica Reflexão Pós-Treino	Live Feedback Jogo Reflexão Pós-Jogo

Microciclo 40					
Terça-Feira 09/04 - UT 230	Quarta-Feira 10/04 - UT 231	Quinta-Feira 11/04 - UT 232	Sexta-Feira 12/04 - UT 233	Sábado 13/04 - UT 234	Domingo 14/04 - Jornada 29
					
Reflexão Pós-Treino	Reflexão Pós-Treino	Intervenção Estratégica Reflexão Pós-Treino	Intervenção Estratégica Reflexão Pós-Treino	Intervenção Estratégica Reflexão Pós-Treino	Live Feedback Jogo Reflexão Pós-Jogo

- Unidade de Treino 211

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
11.03.2019	X					J	F	10H00	36	211	+1

Jornada: 26ª V.Setúbal (F) Local: ANEXOS Nº Jogadores: 25

DESCRIÇÃO GERAL

5' MOBILIZAÇÃO GERAL
10' MEINHOS
5' CIRCULAÇÕES
5' TÁTICAS OFENSIVAS
45' JOGO COMPETITIVO

TEMPO TOTAL PREVISTO
1h05

Exercício Nº: 1
Tempo: 5'
Nº Séries :
Nº Repetições :

MOBILIZAÇÃO GERAL

Exercício Nº: 2
Tempo: 10'
Nº Séries :
Nº Repetições :

MEINHOS 7x2
2x5'
1º Período: 2 toques
2º Período: 1 toque

Exercício Nº: 3
Tempo: 5'
Nº Séries :
Nº Repetições :

Circulações Táticas Ofensivas

Exercício Nº: 4
Tempo: 45'
Nº Séries :
Nº Repetições :

JOGO COMPETITIVO
Regras de Jogo

MATERIAL NECESSÁRIO

Figura 3: Planeamento da Unidade de Treino 211

Este treino marcou o início do microciclo 36 que tinha como ponto final o jogo da jornada 26 contra o Vitória FC (Vitória de Setúbal). Após o jogo do fim-de-semana anterior, definiu-se como o principal objetivo deste treino a compensação das cargas físicas para os jogadores não utilizados (ou pouco utilizados) no último jogo. Para isso foram também chamados jogadores da equipa B e da equipa sub-23, de forma a compor o plantel para a realização do jogo competitivo. A ativação foi composta por uma mobilização geral e meINHOS. De seguida as equipas foram divididas e ambas realizaram circulações táticas ofensivas como última parte da ativação. Neste momento eram dados feedbacks corretivos ao nível do posicionamento e movimentações aos jogadores que não pertenciam ao plantel de forma a que estes conseguissem, na medida do possível, estarem identificados com os princípios gerais da equipa.

- Unidade de Treino 212

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
12.03.2019		X			J	F	10H00	36	212	-4
Jornada	26ª V. Setúbal (F)	Local	ANEXOS	Nº Jogadores	25					

DESCRIÇÃO GERAL

5' MOBILIZAÇÃO GERAL
10' MEINHOS
25' POSSE DE BOLA E ESTRUTURA
15' JOGO COMPETITIVO
3/4 CAMPO

TEMPO TOTAL PREVISTO
0h55

Exercício Nº: 1
Tempo: 5'

Nº Séries :
Nº Repetições :

MOBILIZAÇÃO GERAL

Exercício Nº: 2
Tempo: 10'

Nº Séries :
Nº Repetições :

MEINHOS 7x2
2x5
1º Período: 2 toques
2º Período: 1 toque

Exercício Nº: 4
Tempo: 15'

Nº Séries :
Nº Repetições :

- JOGO COMPETITIVO 3/4
- Regras de Jogo

Exercício Nº: 3
Tempo: 25' (4x5')

Nº Séries :
Nº Repetições :

• Posse de bola em estrutura (10x10)
1. Objetivo 1: Inserir as caixas laterais/frontal em condução => 1 ponto
2. Objetivo 2: Inserir as caixas laterais/frontal em condução após 7 passes => 2 pontos

MATERIAL NECESSÁRIO

Figura 4: Planeamento da Unidade de Treino 212

Nesta unidade de treino, após a habitual ativação (mobilização geral e meinhos) seguiram-se dois exercícios: momento de posse de bola em estrutura e jogo competitivo em 3/4 de campo. No primeiro destes, o principal objetivo era começar a induzir de forma superficial alguns princípios que achávamos importantes para o jogo do fim-de-semana mantendo a sub-dinâmica física do dia, a tensão. Tendo em conta que esperávamos encontrar um adversário com bloco muito baixo e compacto no fim-de-semana seguinte, este exercício assumia-se importante não só pelos espaços reduzidos onde foi executado, mas também pelo facto de atribuirmos 3 balizas (2 laterais e 1 central) de forma a percebermos que seriam as 3 “portas de entrada” que teríamos que encontrar no bloco defensivo do próximo adversário. Inicialmente, os jogadores

demonstraram alguma dificuldade em encontrar a paciência necessária para a circulação da bola assumindo grande verticalidade no primeiro período. Assim, foi introduzindo um novo objetivo (7 passes antes de invadir a caixa de forma a potenciar uma maior circulação), o que se afirmou como uma boa medida, tendo os jogadores percebido a necessidade dessa mesma circulação como um meio de desequilibrar o adversário, tanto para o exercício como, por consequência, para o jogo. Após este momento surgiu um momento competitivo, mantendo os espaços reduzidos e potenciando ainda mais a necessidade da acima referida circulação rápida devido a apenas existir um alvo (baliza).

- Unidade de Treino 213

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
13.03.2019			X		J	F	10H00	36	213	-3
Jornada	26ª V.Setúbal (F)		Local		ANEXOS		Nº Jogadores		25	

Exercício Nº: 1
Tempo: 5'

Nº Séries :
Nº Repetições :

MOBILIZAÇÃO GERAL

DESCRIÇÃO GERAL
5' MOBILIZAÇÃO GERAL
12' POSSE DE BOLA EM ESTRUTURA
30' SETORIAL DEFENSIVO
25' ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA + TRANSIÇÃO OFENSIVA

TEMPO TOTAL PREVISTO
1h12

Exercício Nº: 2
Tempo: 12' (2x6')

Nº Séries :
Nº Repetições :

EXERCÍCIO DE PASSE
- Orientação corporal
- Diferentes linhas de passe

Exercício Nº: 3
Tempo: 30'

Nº Séries :
Nº Repetições :

SETORIAL DEFENSIVO
- Linha Defensiva + MIs

Exercício Nº: 4
Tempo: 25'

Nº Séries :
Nº Repetições :

ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA + TRANSIÇÃO OFENSIVA
- Meio-Campo Ofensivo

MATERIAL NECESSÁRIO

Figura 5: Planeamento da Unidade de Treino 213

Iniciando-se novamente com mobilização geral, a segunda fase da ativação foi composta por um momento de posse de bola em estrutura. Num primeiro momento este ocorreu de forma algo passiva tendo em conta que era o primeiro contacto com a bola neste treino. Após 2 minutos de habituação, seguiram-se dois períodos mais intensos em que o foco principal da intervenção era o momento após recuperação da bola. Caso a equipa que recuperasse a posse de bola conseguisse realizar 5 passes seguidos conseguia automaticamente 1 ponto. Inicialmente este objetivo foi atingido com facilidade, maioritariamente pela deficiente reação à perda de bola por parte da outra equipa. Esta foi sendo reforçada com constantes feedbacks corretivos e aos poucos foi atingindo os níveis pretendidos, o que automaticamente aumentou a intensidade do exercício e os objetivos planeados foram sendo gradualmente alcançados. No exercício seguinte realizamos um exercício setorial defensivo, tendo em conta o observado do adversário seguinte. O objetivo passava por treinar as situações de 6x6 ou 7x6 que surgiriam no jogo fruto da forma direta que o adversário jogava, e que iria potenciar momentos em que o jogo ficaria “partido”. O foco principal foi o alinhamento defensivo e a contenção da linha defensiva, protegendo a baliza e permitindo a chegada dos MCs para iniciarem pressão. Inicialmente, fruto da desvantagem numérica existiu a tentação por parte dos LATs para avançar para a linha dos médios de forma a conseguir colocar pressão sobre a bola, algo que teve que ser corrigido para não obrigar ao desposicionamento defensivo que queríamos evitar para este jogo em questão. Ou seja, o adversário procurava frequentemente utilizar o cruzamento após o ganho de 2ª bola, daí acharmos importante não desposicionar nenhum dos quatro defesas de forma a estarmos sempre equilibrados nas situações de cruzamento. Posteriormente, foi realizado um jogo competitivo em que o objetivo era treinar Organização Defensiva e Transição Ofensiva. O início era sempre da equipa que simulava o adversário, tendo instruções claras para potenciar um jogo mais direto e objetivo, tanto no corredor central como nos corredores laterais. Como o foco seguinte era a nossa Transição Ofensiva, e de forma a que os jogadores percebessem a importância de explorar de forma objetiva os momentos após a recuperação da bola, sempre que a equipa não conseguisse

finalizar a jogada em transição e entrasse em Organização Ofensiva a jogada era interrompida e saia novamente bola da equipa adversária. Nestes dois exercícios assumi um papel interventivo no posicionamento e dinâmicas do adversário, de forma a dificultar as tarefas defensivas da nossa equipa para que a preparação conseguisse abranger o máximo de dinâmicas possíveis do adversário.

- Unidade de Treino 214

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
14.03.2019			X			J	F	10H00	36	214	-2
Jornada	26ª V. Setúbal (F)		Local		ANEXOS		Nº Jogadores		25		

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
14.03.2019			X			J	F	10H00	36	214	-2
Jornada	26ª V. Setúbal (F)		Local		ANEXOS		Nº Jogadores		25		

DESCRIÇÃO GERAL

5' MOBILIZAÇÃO GERAL
10' EXERCÍCIO PASSE
30' CIRCULAÇÕES
TÁTICAS OFENSIVAS
20' JOGO COMPETITIVO

TEMPO TOTAL PREVISTO

1h05

Exercício Nº: 1

Tempo: 5'

Nº Séries :
Nº Repetições :

MOBILIZAÇÃO GERAL

Exercício Nº: 2

Tempo: 10'

Nº Séries :
Nº Repetições :

EXERCÍCIO DE PASSE

- Orientação corporal
- Diferentes linhas de passe

Exercício Nº: 3

Tempo: 30'

Nº Séries :
Nº Repetições :

CIRCULAÇÕES TÁTICAS OFENSIVAS

Foco:

- Circulação Rápida
- Combinações Corredores Laterais
- Interiores entrelinhas após VCI apoiada

Exercício Nº: 4

Tempo: 20'

Nº Séries :
Nº Repetições :

- JOGO COMPETITIVO

- Regras de Jogo

MATERIAL NECESSÁRIO

Figura 6: Planeamento da Unidade de Treino 214

Após a normal ativação através de mobilização geral, ao invés da utilização dos habituais meINHOS neste treino, o segundo momento da ativação consistiu num exercício de passe que consistia em 1 jogador colocar-se no meio de um pentágono e em cada vértice estar um jogador atrás de uma estaca. O jogador do meio com bola procura consecutivamente o jogador livre, que tem

que se desmarcar para os lados da estaca, tabelando com o jogador do meio. A realização deste exercício deveu-se principalmente por termos identificado a necessidade de uma maior capacidade de visão periférica e orientação corporal por parte dos nossos jogadores interiores (MCs, EXTs, AVs), tendo o feedback se centralizado principalmente nesse aspeto, mas também na proatividade dos jogadores exteriores.

Após este exercício de passe realizámos circulações táticas ofensivas após termos previamente definido a estratégia para o próximo jogo. Como já referido na unidade de treino anterior, neste jogo esperávamos um adversário com um bloco defensivo extremamente baixo, que nos permitira estar largos períodos de tempo com bola, contudo seria extremamente difícil encontrar espaço no último terço. Assim, nestas circulações táticas procuramos enaltecer a necessidade de existir uma rápida circulação de bola entre os dois corredores laterais para obrigarmos a equipa adversária a grandes deslocações e, ao mesmo tempo, um grande número de movimentações sem bola que nos permitissem criar espaços dentro do bloco defensivo adversário, como por exemplo, contramovimentos entre EXTs e AVs e entrada de um dos MCs para a última linha de forma a criar superioridade. Devido às características do jogo e sabendo que o adversário procuraria maioritariamente situações de transição, neste exercício procurei estar especialmente atento aos equilíbrios ofensivos e à marcação das referências adversárias no momento de finalização das nossas jogadas ofensivas. A seguir foi realizado um jogo competitivo formal, de forma a identificar estes princípios estratégicos com oposição.

- Unidade de Treino 215

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
15.03.2019					X	F	10H00	36	215	-1
Jornada	26ª V.Setúbal (F)					Local	ANEXOS		Nº Jogadores	25

DESCRIÇÃO GERAL

5' MOBILIZAÇÃO GERAL
12' MEINHOS
20' JOGO LÚDICO
10' ESQUEMAS TÁTICOS OFENSIVOS

TEMPO TOTAL PREVISTO
01h47

Exercício Nº: 1 Nº Séries :
Tempo: 5' Nº Repetições :
MOBILIZAÇÃO GERAL

Exercício Nº: 2 Nº Séries :
Tempo: 12' Nº Repetições :
MEINHOS 7x2
2x5
1ª Período: 2 toques
2ª Período: 1 toque

Exercício Nº: 3 Nº Séries :
Tempo: 15' Nº Repetições :
JOGO LÚDICO
26'
Troca de Posições – Jogo Livre

Exercício Nº: 4 Nº Séries :
Tempo: 10' Nº Repetições :
ESQUEMAS TÁTICOS OFENSIVOS

MATERIAL NECESSÁRIO

Figura 7: Planeamento da Unidade de Treino 215

Neste último treino (-1), o único foco estratégico centrava-se nos esquemas táticos ofensivos e defensivos. Previamente a este momento, e após a ativação, era utilizado um jogo competitivo lúdico de forma a fortalecer os laços dos jogadores e aprimorar a química e a coesão coletiva, momento muito apreciado por todos os jogadores e que ajudava também a retirar de forma subtil alguma pressão excessiva do jogo que se aproximava. Por fim, nos esquemas táticos, foram trabalhados através de um 10x0 todos os aspetos que se consideravam importantes para o jogo. Os jogadores estavam divididos em dois grupos: enquanto que um grupo treinava os esquemas táticos ofensivos o outro treinava os esquemas táticos defensivos. As funções eram invertidas e destaque o facto de os jogadores não conseguirem ainda saber, neste momento, qual seria a equipa titular, o que assegurava o foco total de todos os jogadores neste momento. Podia eventualmente surgir a necessidade da minha intervenção neste momento do treino, devido aos posicionamentos e dinâmicas ofensivas utilizadas pelo adversário nos esquemas táticos.

- Unidade de Treino 230

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
09.04.2019	F	X					J	10h00	40	230	-5
Jornada	29ª Tondela (C)		Local		ANEXOS		Nº Jogadores		25		

EXERCÍCIO Nº: 1
Tempo: 6' (2x3')

Nº Séries:
Nº Repetições:

6' CORRIDA C/ ATIVAÇÃO
10' MEINHOS
15' POSSE DE BOLA
C/ JOKER
20' JOGO COMPETITIVO

TEMPO TOTAL PREVISTO
0h50

DESCRIÇÃO GERAL

CORRIDA CONTÍNUA
MOBILIZAÇÃO GERAL NOS ESPAÇOS INTERMÉDIOS

EXERCÍCIO Nº: 2
Tempo: 10'

Nº Séries:
Nº Repetições:

MEINHOS 7x2
2x5
1º Período: 2 toques
2º Período: 1 toque

EXERCÍCIO Nº: 3
Tempo: 15'

Nº Séries:
Nº Repetições:

• Posse de bola c/ Joker (3x3) +3
1. Objetivo 1: 10 passes -> 1 ponto
2. Objetivo 2: Levantar bola de apoio a apoio (Extremos) -> 1 ponto

EXERCÍCIO Nº: 4
Tempo: 20'

Nº Séries:
Nº Repetições:

• JOGO COMPETITIVO 3/4
• Regras de Jogo

MATERIAL NECESSÁRIO

Figura 8: Planeamento da Unidade de Treino 230

Este treino marcou o início do microciclo 40, que tinha como ponto final o jogo da jornada 29 contra o CD Tondela. Tendo em conta que a equipa entrava neste microciclo após outro sem contexto competitivo (paragem do campeonato) o principal objetivo para esta sessão de treino passava por uma “reativação” ao estímulo recorrendo maioritariamente ao aperfeiçoamento do nosso modelo de jogo. A ativação foi composta por um momento de corrida contínua com mobilização geral integrada, e a seguir a este momento seguiram-se os habituais meinhos. Após estes exercícios foi realizado um momento de posse de bola em espaço reduzido composto por 9x9 + 3 *Jokers*. Aqui a intervenção centrou-se, como foi já referido, nos nossos princípios do jogo, onde foi sempre exigido aos jogadores uma boa ocupação dos espaços e uma rápida e criteriosa circulação de bola. De forma a reforçar a necessidade do cumprimento destes objetivos, um dos objetivos passava pela valorização da posse de bola quando esta

conseguiu ligar ambos os *Jokers* exteriores, o que viria a potenciar a dinâmica de ambas as equipas. Após o exercício surgiu um jogo competitivo a 3/4 de campo, devido ao facto de não ter existido competição nesse fim-de-semana.

- Unidade de Treino 231

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
10.04.2019	F	X					J	10H00	40	231	-4
Jornada	29ª	Tondela (C)	Local	ANEXOS		Nº Jogadores	25				

EXERCÍCIO Nº: 1 Nº Séries :
Tempo: 5' Nº Repetições :

MOBILIZAÇÃO GERAL

5' MOBILIZAÇÃO GERAL
15' POSSE DE BOLA (4x4 + 3)
30' POSSE DE BOLA ESTRUCTURA (10 x (8+2))
15' JOGO 10x10

TEMPO TOTAL PREVISTO: 1h05

EXERCÍCIO Nº: 2 Nº Séries :
Tempo: 12' Nº Repetições :

POSSE DE BOLA 4x4 + 3

6x2' A cada 2' trocam jokers

EXERCÍCIO Nº: 3 Nº Séries :
Tempo: 15' Nº Repetições :

• Posse de Bola em Estrutura 10 x (8+2)

1. 2 jogadores da frente não baixam e são referência para transição

2. Equilíbrio Defensivo

EXERCÍCIO Nº: 4 Nº Séries :
Tempo: 10' Nº Repetições :

- Jogo 10x10

MATERIAL NECESSÁRIO

Figura 9: Planeamento da Unidade de Treino 231

Este treino iniciou-se com a habitual mobilização geral e seguiu-se um exercício de posse de bola. A equipa em posse de bola jogava com 3 *Jokers*, o que assegurava uma vantagem considerável no exercício mas que, ao mesmo tempo, as medidas reduzidas do campo não faziam esta mesma diferença evidenciar-se. O principal objetivo neste exercício passou por potenciar uma forte reação à perda de bola em espaços curtos, enquanto que também se procurou aperfeiçoar a capacidade de saída da pressão com passe para os

Jokers após recuperação de bola. O primeiro período foi algo passivo servindo de ativação com bola, com a intensidade e consequente qualidade do exercício a crescer de forma progressiva. No exercício seguinte procuramos começar a introduzir alguns dos princípios que definimos como importantes para o jogo seguinte. Mantendo o formato de jogo reduzido, os dois jogadores da linha mais avançada da equipa em funções defensivas não baixavam após uma linha definida de forma a simular os jogadores adversários com pouco comprometimento defensivo que ficavam preparados para explorar transição. Assim, sem ainda dar grande foco estratégico neste dia, encontramos forma de introduzir subtilmente alguns aspetos referentes ao jogo que se aproximava. O treino foi finalizado com um pequeno período de jogo competitivo sem qualquer peso estratégico, apenas com foco nos nossos princípios e nas nossas dinâmicas.

- Unidade de Treino 232

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
11.04.2019	F		X			J	10H00	40	233	-3
Jornada	29ª Tondela (C)						Local	ANEXOS	Nº Jogadores	25

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
11.04.2019	F		X			J	10H00	40	233	-3
Jornada	29ª Tondela (C)						Local	ANEXOS	Nº Jogadores	25

EXERCÍCIO Nº: 1

Tempo: 5' + 8'

Nº Séries :
Nº Repetições :

1- MOBILIZAÇÃO GERAL

5' MOBILIZAÇÃO GERAL

10' MEINHOS

20' JO + TO

30' JOGO COMPETITIVO 3 EQUIPAS

TEMPO TOTAL PREVISTO

1h05

EXERCÍCIO Nº: 2

Tempo: 10'

Nº Séries :
Nº Repetições :

MEINHOS 7x2

2x5

1ª Período: 2 toques

2ª Período: 1 toque

EXERCÍCIO Nº: 3

Tempo: 25'

Nº Séries :
Nº Repetições :

ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA + TRANSIÇÃO OFENSIVA

Foco:

Definição das zonas de pressão

Definição das portas de saída para transição

EXERCÍCIO Nº: 4

Tempo: 30'

Nº Séries :
Nº Repetições :

Jogo Competitivo 3 Equipas

2 pontos ou 3º jogo

MATERIAL NECESSÁRIO

Figura 10: Planeamento da Unidade de Treino 232

Após a normal ativação composta pela mobilização geral e os meiinhos, este treino tinha como objetivo principal a operacionalização estratégica da nossa Organização Defensiva. Para tal, através de um jogo condicionado em 3/4 de campo (bola saiu sempre do 'adversário'), a nossa equipa assumiu como posição de partida o nosso 1:4:4:2 defensivo e foram definidos as zonas e os *timings* de pressão que idealizamos para o jogo. Sabendo que é um adversário que não procura ter bola, a nossa ideia passava por proporcionar ao adversário alguns momentos com a posse de forma a explorarmos um momento em que eles não estavam confortáveis: pressão forte com a equipa exposta e transição defensiva. Isto deveu-se ao facto de ser uma equipa com uma postura maioritariamente defensiva, mas que íamos procurar fazê-lo de forma a nunca abdicar do nosso domínio e autoritarismo no jogo. Neste exercício assumi o controlo sobre a equipa que simulou o nosso adversário, procurando espelhar em treino as dificuldades previstas perante o próximo adversário.

Após este exercício foi realizado um torneio de 3 equipas, com jogos de 3 minutos ou 2 golos marcados por uma das equipas. O objetivo deste exercício era dar uma vertente competitiva ao treino após um exercício de elevado grau estratégico.

- Unidade de Treino 233

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sab	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
12.04.2019	F				X		J	10H00	40	233	-2
Jornada	29ª Tondela (C)							Local	ANEXOS	Nº Jogadores	25

EXERCÍCIO Nº: 1

5ª MOBILIZAÇÃO GERAL
8ª CIRCUITO TÉCNICO + LINHA DEFENSIVA
10ª MEINHOS
25ª CIRCULAÇÕES TÁTICAS
10ª JOGO ESQUEMAS TÁTICOS

TEMPO TOTAL PREVISTO: 1h00

Exercício Nº: 1/2
Tempo: 5' + 8'
Nº Séries:
Nº Repetições:
1- MOBILIZAÇÃO GERAL
2- CIRCUITO TÉCNICO / ORGANIZAÇÃO LINHA DEFENSIVA

Exercício Nº: 5
Tempo: 10'
Nº Séries:
Nº Repetições:
- Jogo Esquemas Táticos

Exercício Nº: 3
Tempo: 10'
MEINHOS 7x2
2x5
1ª Período: 2 toques
2ª Período: 1 toque

Exercício Nº: 4
Tempo: 25'
CIRCULAÇÕES TÁTICAS
Foco:
Circulação Rápida
Combinações Corredores Laterais
Interiores entrelinhas após VCI apoiada

MATERIAL NECESSÁRIO

Figura 11: Planeamento da Unidade de Treino 233

Neste treino, paralelamente à habitual mobilização geral foi realizado um momento de ativação específico para os elementos da linha defensiva que tinha como principal foco o posicionamento defensivo e as basculações defensivas.

Tendo em conta este aspeto, após a ativação seguiu-se um exercício de circulações táticas ofensivas (Exercício nº3) onde a intervenção se centrou maioritariamente na influência dos nossos MCs na nossa dinâmica ofensiva e na exploração de momentos em que achamos que poderíamos ter sucesso no jogo que se avizinhava. Após a habitual reunião entre analistas e equipa técnica já referida anteriormente foi definido que para este jogo uma das principais rotas ofensivas seria a exploração dos corredores laterais através de combinações com superioridade numérica. Tendo isso em consideração procuramos realizar as nossas habituais dinâmicas de construção e criação com foco em três aspetos importantes para este jogo: circulação rápida da bola; combinações nos corredores laterais; explorar INTs entrelinhas após variação de jogo apoiada. Neste exercício foi onde assumi a minha intervenção direta com o treinador

principal auxiliando no posicionamento defensivo adversário e avaliando a aperfeiçoando as dinâmicas ofensivas definidas. Após este exercício foi realizado jogo em 3/4 de campo para fornecer um contexto competitivo à equipa por dois fatores: a ausência do mesmo no fim-de-semana e a necessidade de ver transferido o exercício anterior para um macro-contexto. Este exercício teve a particularidade de ser sempre iniciado através de um esquema tático (canto ou livre), aspeto que destaco pelo facto de que este seria um momento teoricamente importante para o jogo do fim-de-semana e que, ao ser trabalhado duas vezes durante a semana iria aumentar a preparação para o mesmo (neste dia de forma mais competitiva e sem peso estratégico e no dia seguinte do uma forma mais analítica).

- Unidade de Treino 234

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
13.04.2019	F				X	J	10H00	40	234	-1
Jornada	29ª Tondela (C)						Local	ANEXOS	Nº Jogadores	25

Data	2ª	3ª	4ª	5ª	Sáb	Dom	Hora	Microciclo	Treino Nº	Dia
13.04.2019	F				X	J	10H00	40	234	-1
Jornada	29ª Tondela (C)						Local	ANEXOS	Nº Jogadores	25

DESCRIÇÃO GERAL

5' MOBILIZAÇÃO GERAL
12' MEINHOS
20' JOGO LUDICO
10' ESQUEMAS TÁTICOS OFENSIVOS

TEMPO TOTAL PREVISTO
05:47

Exercício Nº: 1
Tempo: 5'

Nº Séries :
Nº Repetições :

MOBILIZAÇÃO GERAL

Exercício Nº: 2
Tempo: 12'

Nº Séries :
Nº Repetições :

MEINHOS 7x2
2x5
1º Período: 2 toques
2º Período: 1 toque

Exercício Nº: 3
Tempo: 15'

Nº Séries :
Nº Repetições :

JOGO LUDICO
2x9
Troca de Posições – Jogo Livre

Exercício Nº: 4
Tempo: 10'

Nº Séries :
Nº Repetições :

ESQUEMAS TÁTICOS OFENSIVOS

MATERIAL NECESSÁRIO

Figura 12: Planeamento da Unidade de Treino 234

Tal como no microciclo descrito anteriormente, este treino assumiu exatamente o mesmo padrão utilizado para este dia (-1). A única diferença foi o facto de só se treinar estrategicamente os esquemas táticos ofensivos, devido ao facto de já terem sido realizados os posicionamentos defensivos padrão no treino anterior paralelamente ao facto de o adversário não se assumir como uma equipa particularmente forte neste momento do jogo (ofensivamente).

6. Prática Profissional: Funções e Planeamento

6. Prática Profissional: Funções e Planeamento

No presente capítulo procurarei expor o que foi o ano de estágio na dimensão profissional, nomeadamente enumerar e descrever as funções que exerci e o planeamento feito, tanto por mim, como pelo gabinete de observação e análise e também pela equipa técnica na pessoa do treinador principal para exercer da melhor forma as funções atribuídas. É impensável abordar a observação e análise de jogo sem ter como principal bandeira a sua ligação com o treino e, conseqüentemente, com o jogo e respetivo rendimento desportivo porque, no final, é isso que procuramos com o nosso trabalho. Também procurarei explicar de que forma o nosso trabalho se encontrava com o modelo de jogo definido para a nossa equipa e de que forma estes se relacionaram. Por fim, acho importante referenciar de que forma era a minha interação com todos os gabinetes, com os quais existiu uma ligação permanente.

6.1. Funções

Mais do que um treinador/analista-estagiário, as minhas funções centraram-se essencialmente na dinâmica e funcionamento do GOA. Senti-me parte integrante de uma complexa máquina de rendimento, em que todas os elementos, sem exceção, contribuíram para o sucesso da equipa e do clube. No que diz respeito ao meu papel enquanto analista, as funções que desempenhei ao longo desta época foram as seguintes:

- Observação e Análise do adversário: individual e coletiva;
- Observação e Análise da própria equipa (do SC Braga, quando requerido pela equipa técnica): individual e coletiva;
- Filmagem e codificação dos treinos;
- Filmagem e Codificação do jogo (Live);
- Colaboração com o Gabinete de Otimização Desportiva (GOD) para obter dados do GPS através do XML do jogo;

- Edição de vídeos por momentos individuais (quando requerido pela equipa técnica);
- Análise e referenciação de possíveis reforços para o plantel;
- Criação de base de dados com os treinos e jogos.

6.2. Planeamento

O planeamento é vital para um analista, de forma a que este consiga manter um bom fluxo de trabalho. Caso contrário entra-se numa “bola de neve” de trabalho acumulado e não conseguimos corresponder às exigências do treinador e restante staff. Este é fundamental para o sucesso e eficiência do nosso trabalho tendo em conta a exigência que as épocas no futebol de alto rendimento apresentam. Factos como a entrada ou não nas competições europeias têm um impacto extremo nesse mesmo planeamento pois, principalmente no nosso contexto, implica a existência de vários jogos a meio dos microciclos.

O facto de não termos conseguido o acesso à Liga Europa permitiu que o nosso planeamento sofresse menos alterações, tendo sido apenas afetado pelos sorteios das taças internas e pela normal calendarização de cada jornada, que poderia obrigar a pequenos encurtamentos ou alargamentos nos prazos de entrega. No caso das taças nacionais convém referir que, caso o sorteio ditasse um jogo com uma equipa de escalão inferior, a divisão de tarefas seria feita por dois ou pelos três elementos, consoante o trabalho. Ou seja, o elemento cujo adversário antecederse o jogo da taça não teria responsabilidades numa fase inicial, ficando esse trabalho distribuído pelos restantes dois elementos. Caso o resultado desse sorteio fosse um adversário do mesmo escalão competitivo, esse jogo estaria automaticamente atribuído ao analista responsável pelo mesmo adversário no campeonato e este poderia recorrer aos restantes elementos para o ajudar nalguma tarefa consoante a sua necessidade e os respetivos prazos de entrega dos restantes jogos próximos.

6.3. A Análise e o Modelo de Jogo da equipa: O que vemos?

Como analista defendo que a nossa função é, definindo de forma muito superficial: ser os olhos do treinador na análise de forma a que exista confiança no produto final mas, ao mesmo tempo, ser capaz de ver o que ele não vê. É, na minha opinião, nesta última parte que se destacam os melhores analistas e treinadores adjuntos. Todos os treinadores necessitam de pessoas ao seu lado que partilhem da sua ideologia e visão mas, ao mesmo tempo, têm que identificar tudo o que escapa aos olhos do mesmo de forma a complementar as suas informações e decisões. Este lema sempre me acompanhou e acho que no fundo acaba por definir também a relação do nosso trabalho com o modelo de jogo da equipa.

O crescimento que clube atingiu nos últimos anos fez com que o maior foco na grande maioria dos jogos seja a nossa equipa e o nosso modelo de jogo. Isso não impediu que a equipa técnica deixasse de ter em atenção os pontos fortes do adversário e de os ter em consideração no planeamento das sessões de treino, algo que na minha opinião faz todo o sentido mesmo que o maior foco para esse jogo seja o nosso modelo de jogo por se prever algum domínio da nossa parte. Num campeonato onde a margem de erro para quem quer andar nos lugares cimeiros é tão pequena, qualquer detalhe pode fazer diferença e algo que eu me apercebi durante este ano foi que, apesar de as equipas da frente não perderem muitos pontos durante a época, todos os jogos são de elevada dificuldade e, como já muitos profissionais referem, “conquistar os 3 pontos está cada vez mais caro”.

Assim, há um conjunto de pontos chaves que procuramos identificar nas análises do adversário que tinham como principal objetivo identificarmos os padrões dos adversários. Para essa identificação dividimos os comportamentos e momentos por zonas (figura 13) de forma a uniformizar a informação e facilitar a sua compreensão por parte de todos os recetores.

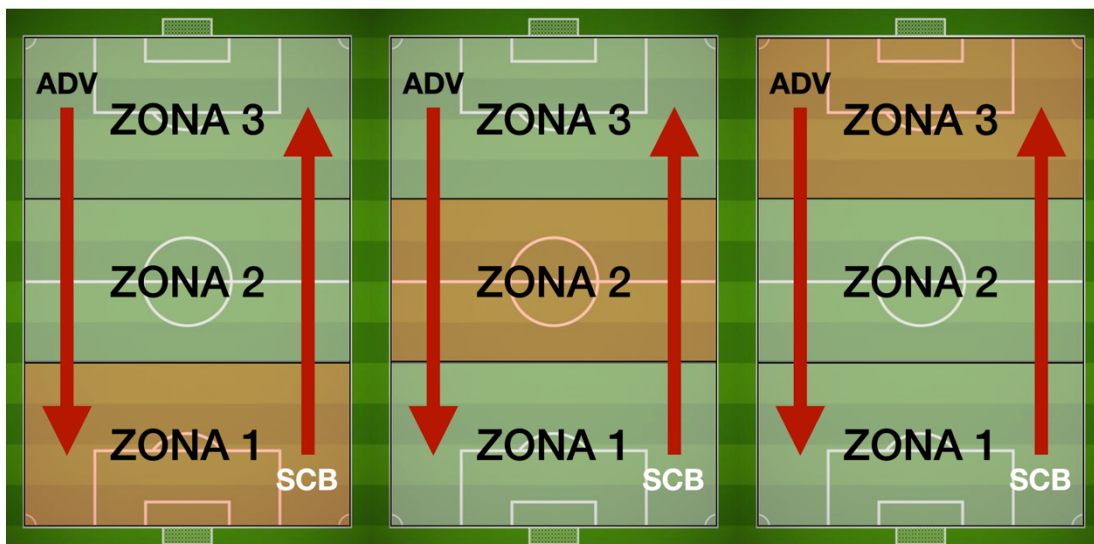


Figura 13: Zonas definidas para Análise do adversário e da própria equipa

Processo Defensivo SCB (Processo Ofensivo ADV):

- Pressão GR – Pontapé de Baliza
 - perceber se privilegia saída curta ou longa e se alteram consoante pressão do ADV
 - identificar jogadores referência para ligação curta ou longa (DC ou MC curto / AV longo)
 - identificar lado menos forte de forma a definir a zona pressão.
- Pressão Zona 3 SCB (Zona 1 ADV)
 - perceber posicionamento base da equipa para construção (posições de partida);
 - identificar padrão de construção (curta ou longa);
 - identificar referências para construção (DC mais forte com bola ou Mdef/MC que baixa/lateraliza para construir);
 - observar comportamentos e decisões perante pressão idêntica à do SCB;
 - identificar e criar nuances estratégicas de pressão.

- Pressão Zona 2 SCB (Zona 2 ADV)
 - perceber como é realizada a ligação entre as zonas 1 e 2;
 - identificar dinâmicas e envolvimento grupais nos corredores laterais;
 - identificar dinâmicas e envolvimento grupais no corredor central;
 - perceber e idealizar de que forma as dinâmicas ofensivas podem causar problemas ao nosso posicionamento base defensivo;
 - identificar se EXTs procuram espaços interiores ou exteriores;
 - identificar envolvimento dos LATs: apoio ou profundidade;
 - identificar comportamento dos AVs: rutura/apoio/entrelinhas.
 - identificar características individuais distintas e desequilibradoras.

- Posicionamento Final Defensivo Zona 1 SCB (Zona 3 ADV)
 - identificar padrão de criação do adversário: s privilegia combinações nos corredores para cruzamento ou interiores para combinações curta e ruturas;
 - identificar zonas de ataque e jogadores referência para cruzamento (AV, EXTs e possível entrada de MCs);
 - identificar características individuais distintas e desequilibradoras;
 - perceber e identificar dinâmicas que obriguem a nuances estratégicas no nosso comportamento padrão defensivo.

Transição Ofensiva SCB (Transição Defensiva ADV):

- Recuperação Zona 1 SCB (Zona 3 ADV)
 - perceber quais/ quantos jogadores reagem na zona da perda;
 - identificar deficiências nos equilíbrios que permitam definir “portas de saída”: verticalizar ou lateralizar;
 - identificar comportamentos da linha defensiva: encurta linhas ou retira profundidade;
 - identificar zonas livres padrão (corredor central/ corredores laterais).

- Recuperação Zona 2 SCB (Zona 2 ADV)
 - perceber quais/ quantos jogadores reagem na zona da perda;

- identificar deficiências nos equilíbrios que permitam definir “portas de saída”;
 - identificar comportamentos da linha defensiva: encurta linhas ou retira profundidade;
 - identificar zonas livres padrão (corredor central/ corredores laterais/profundidade).
- Recuperação Zona 3 SCB (Zona 1 ADV)
 - perceber posicionamento da equipa e comportamentos de risco na fase de construção;
 - identificar “portas de saída” para finalização.

Processo Ofensivo SCB (Processo Defensivo ADV):

- Saída GR – Pontapé de Baliza
 - identificar padrão de pressão e possíveis alterações para condicionar a nossa saída;
 - identificar zona de pressão menos forte de forma a orientar saída curta;
 - potenciar nuances estratégicas para contrariar pressão (privilegiar saída curta);
 - propor estratégia para saída curta e saída longa caso jogo assim exija.
- Construção Zona 1 SCB (Zona 3 ADV)
 - perceber posicionamento base da equipa para pressão;
 - identificar timings e zonas padrão de pressão;
 - identificar lacunas na pressão e espaços a explorar;
 - procurar nuances estratégicas perante princípios de construção idênticos aos da nossa equipa;
 - idealizar “rotas de saída” (ligação com zona 2 ou 3) para contrariar primeira pressão do adversário.

- Construção Zona 2 SCB (Zona 2 ADV)
 - perceber posicionamento base da equipa para pressão numa zona mais baixa;
 - identificar timings e zonas padrão de pressão;
 - identificar lacunas na pressão e espaços a explorar;
 - identificar jogadores e relações grupais mais débeis e aspetos a explorar;
 - perceber de que forma vão tentar contrariar a nossa dinâmica ofensiva e posicionamento base ofensivo;
 - idealizar forma de explorar espaço entrelinhas;
 - identificar comportamentos de pressão nos corredores laterais: ajuste perante trocas posicionais ou ruturas dos MCs.

- Criação Zona 3 SCB (Zona 1 ADV)
 - perceber comportamento da linha defensiva a nível de encurtamentos e controlo da profundidade;
 - identificar jogadores e relações grupais mais débeis e aspetos a explorar;
 - identificar lacunas no posicionamento final defensivo que podem ser explorados;
 - idealizar e propor nuances estratégicas ofensivas para contrair previsível estratégia defensiva do adversário.

Transição Defensiva SCB (Transição Ofensiva ADV):

- Perda Zona 3 SCB (Zona 1 ADV)
 - perceber se privilegiam saída em apoio ou optam por transição vertical;
 - identificar referências para saída (AV em apoio/profundidade, EXTs ou LATs em largura/profundidade ou MCs em apoio).

- Perda Zona 2 SCB (Zona 2 ADV)
 - perceber se privilegiam saída em apoio ou optam por transição vertical;

- identificar referências para saída (AV em apoio/profundidade, EXTs ou LATs em largura/profundidade ou reorganização para ataque).
- Perda Zona 1 SCB (Zona 3 ADV)
 - perceber posicionamento defensivo das referências ofensivas no momento da pressão alta;
 - perceber capacidade de verticalizar jogo após recuperação;
 - propôr estratégia para minimizar risco na construção e manter o maior equilíbrio possível em caso de perda.

6.4. Análise de Adversário - Microciclo Padrão

Este subcapítulo tem como objetivo expor o trabalho realizado de uma forma mais detalhada, descrevendo de forma cronológica a dinâmica definida para a análise de um adversário, assim como os prazos e formas de entrega e apresentação da informação. Para tal, optei por descrever um ciclo de observação de um adversário pelo qual eu fui responsável.

6.4.1. Distribuição de Adversários

Para se perceber as funções descritas abaixo, convém primeiramente explicar de que forma foram distribuídas as tarefas de análise dos mais diversos adversários. Numa primeira fase e tendo em conta que poderíamos conseguir o acesso para a Liga Europa, cada um dos elementos ficou encarregue de um adversário nas primeiras três jornadas do campeonato. Após a eliminação da prova europeia foi delineada a distribuição final, utilizando um sistema que era novo para mim mas também para todos os elementos do gabinete. Este sistema baseava-se na distribuição dos adversários pelos três analistas, ficando assim cada um encarregue das suas equipas. Esta forma tinha como principal objetivo que cada um dos analistas fizesse um acompanhamento frequente às equipas

que lhe foram atribuídas. Desta forma, eu fiquei com cinco equipas do nosso campeonato, sendo que três dessas seriam os nossos adversários na fase de grupos da Taça da Liga.

Este sistema de distribuição de adversários faz com o ciclo de análise para um adversário seja mais longo do que o normal. Todas as tarefas inerentes à observação de um determinado adversário são realizadas no espaço temporal que dista esse próximo jogo do último sobre o qual a análise esteve a meu cargo (quadro 5). Percebe-se também que esse espaço temporal era variável de acordo com o calendário competitivo, sendo que por vezes o ciclo de análise renovava a cada 3 ou 4 semanas e outras vezes poderia demorar entre 1 ou 2 semanas.

Quadro 5: Ciclo de tarefas de análise de adversários

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado	Domingo
					16/03 LN26 Codificação e Filmagem do Jogo	17/03 Análise Jogo 1 - Tondela
18/03	19/03 UT216 Filmagem Treino Análise Jogo 1 - Tondela	20/03 UT217 Filmagem Treino Análise Jogo 2 - Tondela	21/03 UT218 Filmagem Treino Análise Jogo 2 - Tondela	22/03 UT219 Filmagem Treino Análise Jogo 3 - Tondela	23/03	24/03
25/03 UT220 Filmagem Treino Análise Jogo 3 - Tondela	26/03 UT221 Filmagem Treino Análise Jogo 4 - Tondela	27/03 UT222 Análise Jogo 4 - Tondela Filtragem e Seleção de Imagens	28/03 UT223 Filtragem e Seleção de Imagens	29/03 UT224 Filtragem e Seleção de Imagens	30/03 LN27 Codificação e Filmagem do Jogo	31/03 UT225 Filtragem e Seleção de Imagens
1/04 UT226 Elaboração Relatório Escrito Filtragem e Seleção de Imagens	2/04 TP-MF Codificação e Filmagem do Jogo	3/04 UT227 Elaboração Relatório Escrito Elaboração-Edição Vídeo	4/04 UT228 Elaboração Relatório Escrito Elaboração-Edição Vídeo	5/04 UT229 Elaboração Relatório Escrito Elaboração-Edição Vídeo	6/04 LN28 Codificação e Filmagem do Jogo	7/04
8/04	9/04 UT230 Elaboração Relatório Escrito Elaboração-Edição Vídeo	10/04 UT231 Apresentação PO/TO ADV - Equipa Técnica	11/04 UT232 Apresentação PO/TO ADV - Jogadores Treino PD/TD SCB - Estratégia Apresentação PD/TD ADV - Equipa Técnica	12/04 UT233 Apresentação PD/TD ADV - Jogadores Treino PO/TO SCB - Estratégia Apresentação Esquemas Táticos ADV - Equipa Técnica	13/04 UT234 Apresentação Esquemas Táticos ADV - Jogadores Treino Esquemas Táticos - Estratégia	14/04 LN29 Codificação e Filmagem do Jogo

6.4.2. Análise e Recolha de Informação dos jogos do adversário

O processo de análise era dividido, normalmente, por três semanas. Durante as primeiras duas semanas ou, idealmente, uma semana e meia, o foco era a visualização e respetiva codificação dos jogos do adversário. Eram sempre tidos em consideração alguns pontos que consideramos pertinentes:

- Proximidade do jogo
- Grau de dificuldade de jogo
- Condicionantes do jogo (por exemplo: expulsões em momentos iniciais que condicionassem grande parte do jogo)
- Estruturas ofensivas e defensivas, tanto da equipa a ser observada como dos adversários.

Definindo estes pontos, os jogos eram observados e codificados de forma a obtermos uma base de dados extensa do adversário. Na minha opinião, é importante um analista ter a capacidade de conseguir já realizar um pequeno filtro nesta fase ao ir identificando os padrões do seu adversário, mas, ao mesmo tempo, conseguir identificar e dar importância ao que é menos visível. Como refere Soyer (2013), não devemos basear as nossas decisões no que está claramente visível, mas devemos procurar os pormenores que não estão tão visíveis mas que poderão ser pertinentes na abordagem ao jogo, ou que pelo menos, deverão ser referenciadas ao treinador.

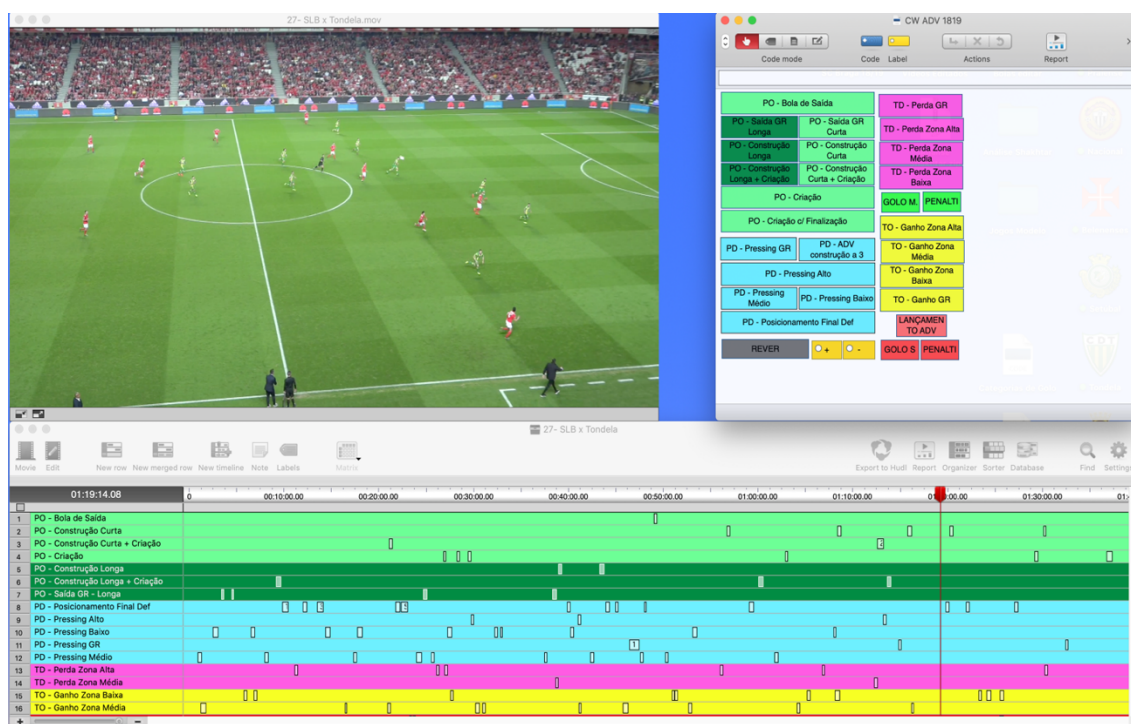


Figura 14: Análise de um jogo utilizando o SportsCode e respetiva Janela de Código

Na figura 14 podemos ver um exemplo de um jogo codificado no SportsCode e respetiva janela de código utilizada para codificação de jogos dos adversários. É com base nesta janela que depois é concentrada toda a informação recolhida e realizado o passe seguinte: a filtragem dessa mesma informação.

6.4.3. Filtragem da informação e edição das imagens

No final da análise aos jogos definidos era realizada uma filtragem mais profunda e seletiva à base de dados obtida (figura 15). Ficamos assim com a principal informação selecionada e que era transmitida ao treinador-adjunto responsável. Nesta fase, devido ao volume de trabalho de ambas as partes existiram duas abordagens diferentes: uma fase inicial em que fomos nós a fazer a seleção de imagens que seriam editadas e apresentadas, e às quais seria adicionada qualquer uma outra que o responsável achasse pertinente após visualizar a base de dados completa; e uma outra, numa fase mais sobrecarregada pelo calendário, onde o responsável optou por ser ele a realizar a seleção de forma a economizar o máximo de tempo mas dando-nos sempre abertura para questionarmos a seleção ou propormos também uma ou outra imagem com a devida justificação. Esta base de dados reduzida era normalmente entregue dois a três dias antes do último jogo de forma a iniciarmos a edição antes do mesmo, preferencialmente.

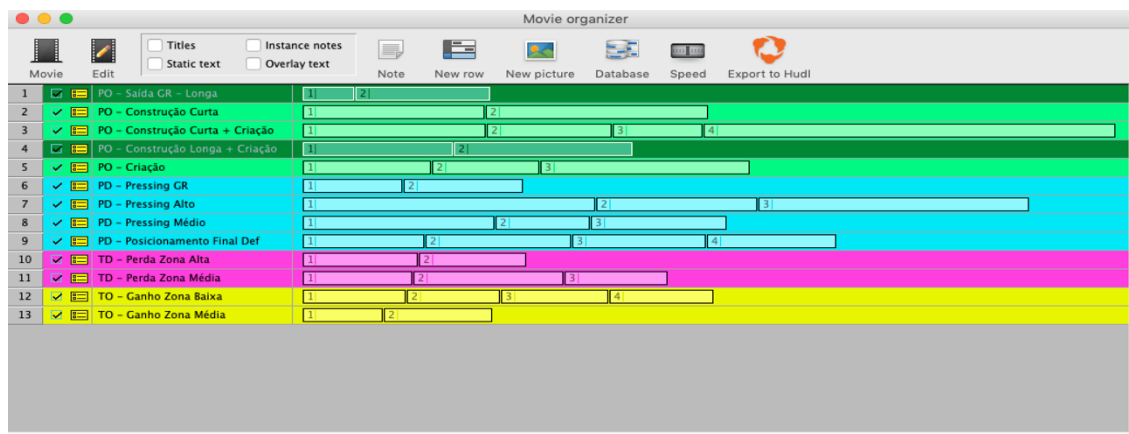


Figura 15: Filtragem das imagens a editar no SportsCode

Após este processo, e logo que nos fosse transmitida a seleção final (no caso de ser o treinador-adjunto a fazer essa seleção) era iniciada a edição de imagens com recurso ao programa CoachPaint. Este programa é algo complexo, mas com a prática tornou-se relativamente intuitivo e ofereceu-nos uma variedade de edições *frame a frame*, sem necessidade de parar a imagem para realizar a edição, o que torna o vídeo final muito mais dinâmico e apelativo, tanto para a equipa técnica como para os jogadores. Os vídeos editados são compilados no FinalCut de forma a obtermos o vídeo final, que representava a análise do adversário pronta a ser apresentada à equipa técnica (figura 16).



Figura 16: Exemplo de vídeo editado e legendado para apresentação à equipa

6.4.4. Relatório de análise coletiva do adversário

Ao mesmo tempo que os jogos são visualizados é iniciado também o preenchimento do relatório com os dados básicos da equipa adversária, como o plantel, treinador, registo de jogos recentes, onze habitual, assim como uma pequena análise qualitativa e estrutural dos jogos já observados. Estas alterações realizadas nesta fase eram maioritariamente estruturais e estéticas, adaptando o relatório ao respetivo adversário. Este processo só seria terminado após a realização do último jogo do adversário (Figura 17). Após a visualização desse último jogo ocorria a finalização do relatório do adversário, sendo colocados os aspetos pertinentes relativamente ao último jogo e possíveis condicionantes para o jogo (alterações devido a expulsões/lesões ou nuances estratégicas apresentadas no último jogo). Era também adicionado o relatório estatístico fornecido pela GoalPoint, que normalmente nos chegava no dia a seguir ao jogo. Após finalizado o relatório era entregue ao treinador e colocado na plataforma Hudl de forma a que toda a equipa técnica pudesse visualizar. Apesar de nesta fase a grossa parte da análise estar feita ou encaminhada, é obviamente importante analisar o último jogo do adversário.

Apesar da análise deste último jogo não entrar para os vídeos que serão editados e apresentados, é extremamente importante porque este serve, por exemplo, para questionar as conclusões que tiramos da restante análise. Pode ser importante também caso a equipa apresente alguma nuance diferente na sua estrutura ou nas suas dinâmicas. Por último, também convém ter em conta alguma expulsão ou lesão que ocorra, que possam ter influência para o nosso jogo.



Figura 17: Relatório Coletivo e Individual do Adversário

6.4.5. Compilação de compactos do adversário

Paralelamente ao processo anterior, ao mesmo tempo que selecionávamos as imagens, construíamos também um compacto de cada um dos quatro momentos do jogo (Processo Ofensivo – Transição Defensiva – Organização Defensiva – Transição Ofensiva) assim como dos golos marcados e sofridos. Estes compactos eram colocados na plataforma Hudl no dia imediatamente a seguir ao último jogo e partilhados com toda a equipa técnica para terem a possibilidade de iniciar logo a sua observação do adversário já com a filtragem dos comportamentos realizada pelo GOA (figura 18).

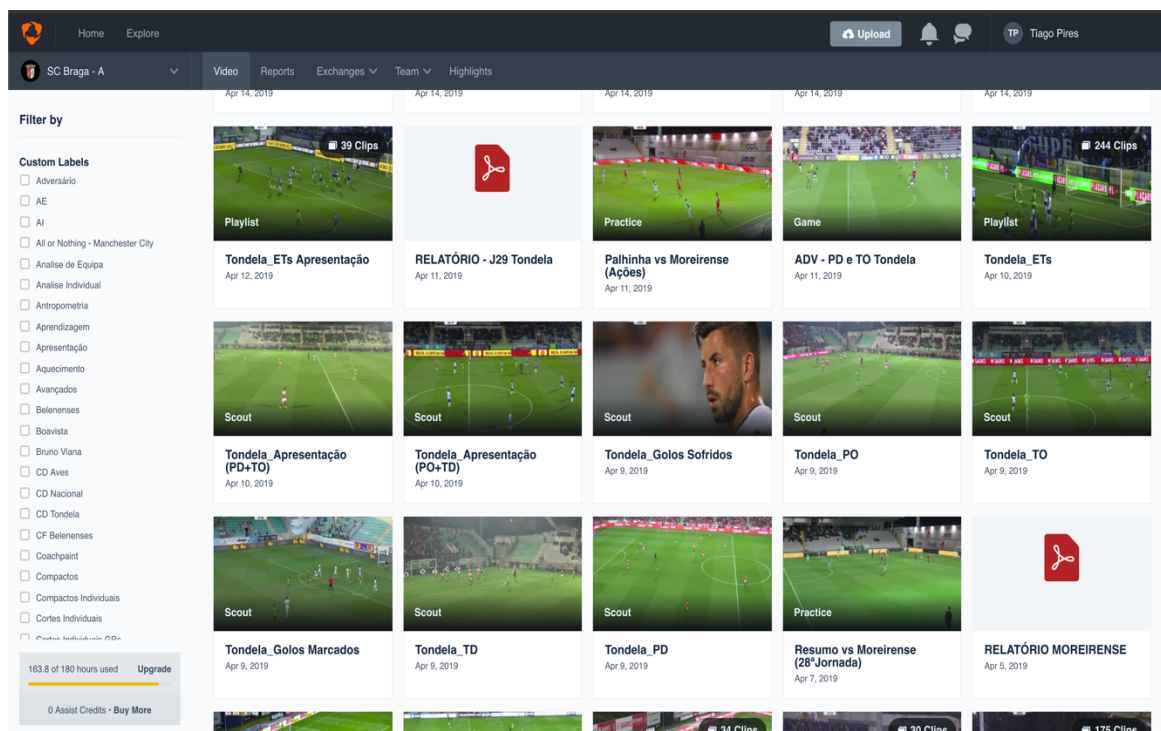


Figura 18: Plataforma Hudl onde eram colocados os compactos adversários e vídeos para os jogadores

6.4.6. Apresentação do adversário

O passo seguinte era a apresentação do adversário à equipa técnica. Entrando neste tema torna-se importante exemplificar um microciclo padrão de análise, envolvendo os momentos de partilha tanto com a equipa técnica como com os jogadores. Como podemos observar no quadro 6 existiam seis momentos de partilha, sendo que dois aconteciam com a equipa técnica e quatro com os jogadores. Nas reuniões com a equipa técnica o nosso papel era enunciar todos os pontos fortes e fracos do adversário, de que aspetos nos deveríamos precaver e quais os que poderíamos explorar para tirar vantagem no jogo. Após a visualização do vídeo era iniciada a discussão sobre a estratégia a abordar relativamente ao jogo, que depois era finalizada entre a equipa técnica.

Quadro 6: Exemplo de Microciclo de Análise

Dia do Microciclo	Conteúdo	Receptores	Duração
-4	Análise Jogo Anterior - SC Braga	Jogadores	4-6 minutos
-4	Compacto Adversário (PO-TD-PD-TD)	Equipa Técnica	12-15 minutos
-3	Compacto Adversário (PO-TD)	Jogadores	2-4 minutos
-2	Compacto Adversário (PD-TO)	Jogadores	2-4 minutos
-2	Compacto Adversário (Esquemas Táticos)	Equipa Técnica	4-6 minutos
-1	Compacto Adversário (Esquemas Táticos)	Jogadores	2-3 minutos

Torna-se então importante agora aprofundar cada um destes momentos e para tal iremos simular uma semana com jogo no domingo:

- Quarta-Feira (dia -4 do microciclo):

Neste dia ocorrem duas apresentações: uma da equipa técnica para os jogadores que consiste na análise coletiva relativamente ao jogo anterior e outra dos analistas para a equipa técnica onde são abordados os quatro momentos do adversário (Processo Defensivo, Transição Ofensiva, Processo Ofensivo e Transição Defensiva).

A apresentação aos jogadores era centrada numa análise baseada no plano de jogo que tinha sido delineado para o jogo anterior. Com isto quero dizer que era dada primazia às ações de sucesso que a equipa realizou dentro desse mesmo plano de jogo, privilegiando sempre a visualização de imagens positivas que enalteçam o sucesso do plano traçado. Normalmente, este vídeo tinha a duração de 4-6 minutos.

A segunda apresentação ocorria já depois do treino, onde o adversário começava a entrar na cabeça e no planeamento da equipa técnica. Ocorria assim a apresentação dos quatro momentos referidos acima e era iniciado também o delineamento estratégico para o jogo. Neste momento assumíamos um papel bastante ativo ao sermos confrontados com a ideia estratégica à qual nos era pedida a nossa apreciação ou, por vezes, eramos mesmo incentivados

a propormos as nossas próprias ideias estratégicas para o jogo tendo em conta que naquele momento somos os elementos com mais conhecimento do adversário. Este vídeo tinha normalmente uma duração de 12-15 minutos e eram também definidas após esta reunião as imagens para os compactos reduzidos que seriam apresentados aos jogadores nos dias seguintes.

- Quinta-Feira (dia -3 do microciclo):

Após a seleção realizada no dia anterior, neste dia é apresentado aos jogadores o vídeo referente ao Processo Ofensivo e Transição Defensiva do adversário. Este vídeo tinha a duração de 2-4 minutos e era centrada apenas nas ideias chave identificadas entre os analistas e a equipa técnica que seriam abordados no plano de jogo estratégico. Neste momento são também já introduzidas aos jogadores essas mesmas ideias chave, conforme forem visualizadas as imagens. Após o vídeo essas mesmas ideias seriam transferidas para o treino, enquadradas na dimensão física do dia em questão.

- Sexta-Feira (dia -2 do microciclo):

Este era mais um dia em que ocorriam duas apresentações, tal como no dia -4 uma tinha como principais recetores os jogadores e a outra destinava-se à equipa técnica.

Tal como no dia anterior, a apresentação destinada aos jogadores centrava-se no adversário, mas desta vez nos restantes dois processos: Processo Defensivo e Transição Ofensiva. Mais uma vez era transferida para o treino a informação passada para os jogadores que se definisse como essencial para a preparação para o jogo. Torna-se importante referir que toda esta informação passada em ambos os dias era enquadrado no modelo de jogo da equipa, causando apenas pequenas nuances estratégicas, mas nunca de forma a que a equipa perdesse a sua identidade. O foco principal foram sempre os nossos princípios e a nossa forma de estar em jogo e em treino.

Na segunda apresentação, após o treino, apresentávamos à equipa técnica os últimos processos do adversário: Esquemas Táticos Ofensivos e Defensivos. Esta tinha uma duração entre 4 e 6 minutos, pois era apresentada

uma quantidade considerável de esquemas táticos de forma a que nós e equipa técnica tivéssemos o máximo conhecimento possível dos pontos fortes e pontos menos fortes do adversário, tanto ofensiva como defensivamente. Daqui, tal como nas reuniões anteriores, resultava um compacto reduzido para apresentação aos jogadores após o delineamento estratégico entre analistas e equipa técnica.

- Sábado (dia -1 do microciclo):

Sendo este o último momento de vídeo da semana e procurando ter também sensibilidade para o desgaste que estes momentos podem causar nos jogadores procurou-se sempre que este vídeo fosse o mais curto possível, entre 2-3 minutos. Aqui eram transmitidos acima de tudo três coisas: pontos fortes ofensivos do adversário com os quais deveríamos ter o máximo cuidado defensivamente; variabilidade estratégica (principalmente cantos curtos) do adversário sobre a qual deveríamos estar alerta; pontos fracos detetados defensivamente que iriam resultar na nossa estratégia ofensiva.

6.4.7. Compilação de compactos dos Esquemas Táticos do adversário

Após a visualização do último jogo realizado pelo adversário, e quando este estivesse disponível nas plataformas utilizadas, eram codificados todos os esquemas táticos ofensivos e defensivos, sendo de seguida acrescentados aos recolhidos anteriormente. Esta base de dados era introduzida na plataforma Hudl de forma a que toda a equipa técnica pudesse visualizar. Isto era realizado até ao dia -4 ou -3 do microciclo do analista, após ser(em) realizada(s) a(s) apresentação(ões). Na tarde do dia -2 teria que ser introduzida na mesma plataforma uma base de dados reduzida dos esquemas táticos, que seria apresentada no dia -1 antes do treino e sobre a qual seria realizada uma filtragem final escolhida pelos adjuntos responsáveis para ser apresentada aos jogadores antes do treino (Figura 19).

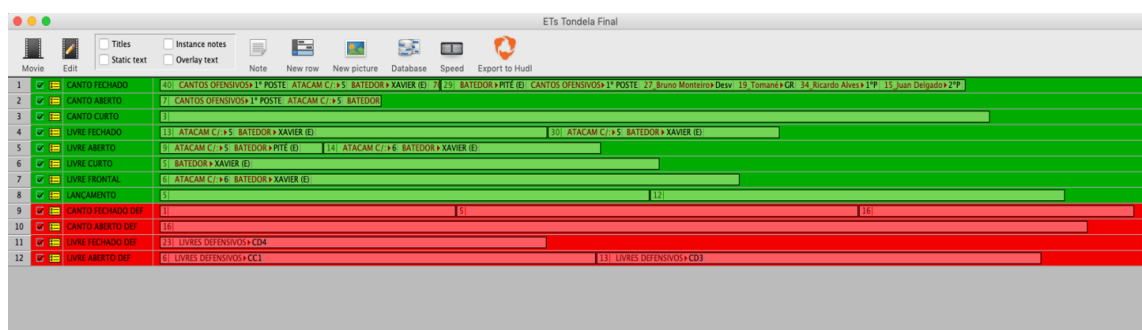


Figura 19: Seleção dos Esquemas Táticos a apresentar à equipa

6.4.8. Vídeo resumo do Adversário para os Guarda-Redes

Até ao final do dia -1 tínhamos também a responsabilidade de realizar um vídeo para visualização de ambos os Guarda-Redes convocados com alguns momentos coletivos dos adversários assim como exemplos de esquemas táticos padrão, clips individuais dos jogadores mais ofensivos e grandes penalidades. Este vídeo era também partilhado na plataforma Hudl após a publicação da

convocatória de forma a que os Guarda-Redes convocados pudessem absorver a informação na preparação para o jogo.

6.4.9. Elaboração do *meeting* pré-jogo

No dia -1 também auxiliávamos na preparação do *meeting* pré-jogo, onde eram realizadas algumas tarefas que a equipa técnica definisse para a abordagem ao jogo de forma a serem apresentadas antes do mesmo. Este momento assume uma importância considerável porque apesar do trabalho realizado durante a semana, é neste *meeting* que vão ser reforçadas as ideias-chave para o jogo assegurando assim que os jogadores encarassem o jogo com o plano de jogo bem definido e com as tarefas bem atribuídas.

6.5. Funções em jogo e pós-jogo

Todas as etapas descritas nos pontos anteriores tinham como grande objetivo, como já foi referido, dotar a equipa técnica e os jogadores de informações que permitissem uma superiorização estratégica relativamente ao adversário. Apesar de parte significativa do nosso trabalho se situar no pré-jogo este continuava, não só durante o próprio jogo, mas também após o mesmo.

No que diz respeito às funções em jogo, estas dividiam-se na filmagem e codificação do mesmo (figura 20). Nesta codificação, eram privilegiados aspetos qualitativos relativos ao nosso modelo de jogo, ao plano de jogo específico e ao desempenho individual do jogador, aspetos utilizados posteriormente na análise pós-jogo ou para armazenamento interno. Paralelamente a isto ocorria uma permanente comunicação com o banco de suplentes (treinador adjunto) onde eram transmitidos os *feedbacks* estratégicos sobre aspetos a corrigir ou explorar que a visão superior nos permitia identificar.

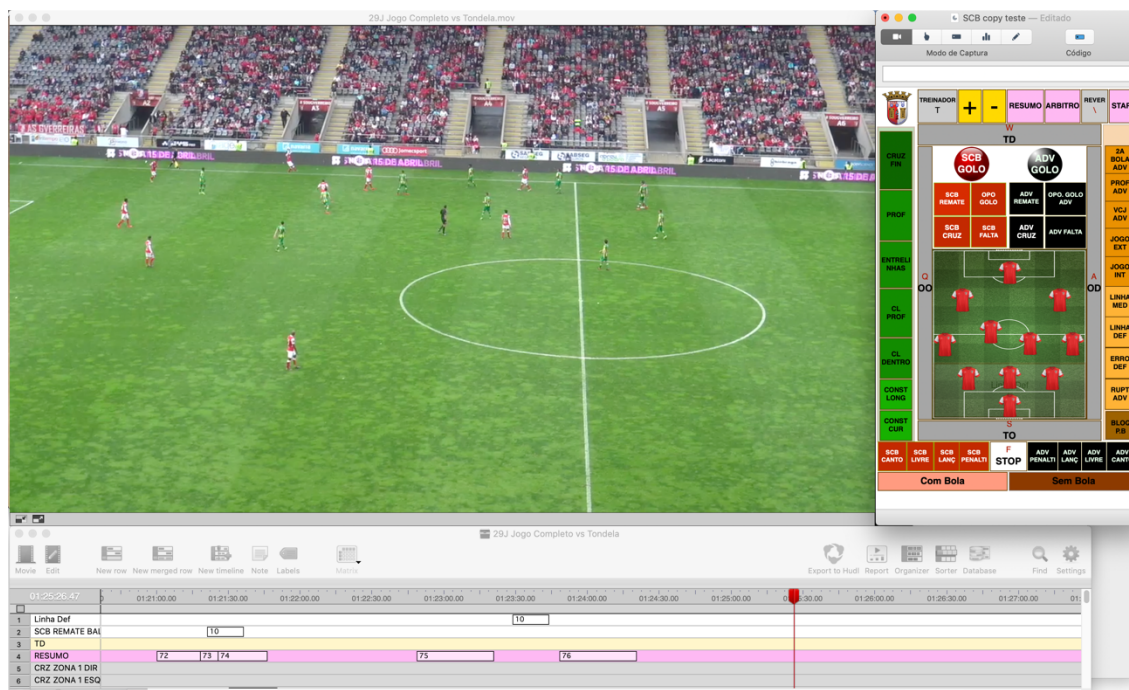


Figura 20: Filmagem e codificação live de um jogo (SportsCode)

No pós-jogo a nossa função era, a maioria das vezes, fornecer toda a informação resultante da codificação *live* ao treinador adjunto responsável pela análise pós-jogo. Esta codificação permitia aceder aos momentos do jogo de forma independente (PO, TD, PD, TO, ETDs e ETOs) e aos cortes qualitativos relativos, como já referi, aos nossos princípios e ao plano estratégico do jogo em questão. Circunstancialmente era-nos pedido por parte do treinador principal, ou do treinador adjunto, uma análise específica de algum momento do jogo em particular, frequentemente relacionado com parte do plano estratégico que não tenha sido desempenhado como pretendido.

6.6. SC Braga: As diferentes “peças” da máquina

Atualmente o clube apresenta um grande número de gabinetes especializados de forma a que cada departamento consiga ter as melhores ferramentas ao seu dispor, de forma a conseguir maximizar o seu respetivo trabalho e, conseqüentemente, o rendimento de todo o clube. Considerando o

clube como uma complexa máquina de rendimento e os diversos gabinetes como as suas peças constituintes, é de extrema importância uma harmoniosa relação entre os mesmos, pelo que todos os processos devem estar devidamente estruturados e definidos de forma a que se consiga atingir a máxima rentabilização da máquina (clube), mas também dos seus ativos que são os jogadores. Nos seguintes subcapítulos abordarei a minha interação com alguns desses gabinetes. Selecionei apenas os que me pareceram mais relevantes, apesar de terem existido outros mecanismos de interação.

6.6.1. Departamento de Futebol Profissional

Sendo este o departamento que tutela todo o funcionamento da secção de futebol profissional do clube, a minha interação com este assumia um carácter mais logístico. Por este passavam todas as decisões relativamente ao GOA (em sintonia com o responsável pelo mesmo), como a aquisição de materiais e softwares necessários para a realização do nosso trabalho. Todo o tipo de logística pré-jogo e no dia de jogo era assegurada por este gabinete como, por exemplo, as deslocações para observação ao vivo dos jogos da Liga Europa, quando era necessário observar adversários fora de país.

6.6.2. Gabinete de Observação e Recrutamento de Talentos (GORT)

O GORT era o gabinete mais próximo ao nível de infraestruturas, o que possibilitou um contacto diário constante e que acabava por proporcionar constantes momentos de interação entre os membros de ambos os gabinetes. A forte ligação entre ambas as áreas acabou por potenciar essa interação. Tendo nós a possibilidade (obrigatória) de visualizar vários jogos das equipas do nosso campeonato assumimos uma “cooperação” com o GORT a partir do momento

em que apontávamos os jogadores que mais se destacavam individualmente nas equipas observadas, assim como realizávamos uma descrição individual dos mesmos no relatório coletivo de cada adversário. Assim, a nossa interação com este gabinete baseava-se no apoio à identificação e análise de possíveis jogadores a contratar. Este apoio estendia-se também a jogadores externos ao nosso campeonato, quando isso nos fosse solicitado.

6.6.3. Gabinete de Otimização Desportiva (GOD)

A relação com o GOD era principalmente marcada pela responsabilidade no pós-jogo. No próprio dia após o jogo (caso houvesse treino no dia seguinte) ou até ao dia anterior ao treino seguinte tínhamos a responsabilidade de ajustar minuciosamente os tempos dos quatro momentos do jogo (PO, PD, TO e TD - sendo que nestes casos ETO e ETD entram respetivamente no PO e PD) do XML de forma aos elementos do GOD conseguirem fornecer uma informação mais fiável à equipa técnica de acordo com as variáveis definidas para o relatório físico fornecido pelo sistema de GPS. Esporadicamente auxiliamos também na filmagem de alguns exercícios de reabilitação de jogadores a recuperarem de lesões com relativa gravidade de forma a ser efetuada uma melhor avaliação da recuperação dos mesmos.

6.6.4. Departamento Médico

A relação com o departamento médico era semelhante à do GOD, porque essa fase de reabilitação é realizada em conjunto pelos dois gabinetes. Nos casos de lesões ocorridas em jogo ou em treino tínhamos a responsabilidade de enviar a respetiva filmagem (nos casos do jogo privilegiava-se as imagens da transmissão televisiva) para os elementos do departamento de forma a auxiliar na avaliação dessa mesma lesão.

7. Espaço de Introspeção

7. Espaço de Introspeção

Existe a necessidade de transmitir de forma regular as aprendizagens, os problemas, as soluções encontradas e todos os passos dados ao longo desta caminhada. Por força da exigência do trabalho e do calendário com que trabalhei tomei a decisão de não fazer deste espaço um diário, devido a ser um contexto demasiado íntimo e sobre o qual também não teria a disponibilidade desejada para realizar uma reflexão profunda dia após dia. Assim, procurei enriquecer este espaço com reflexões constantes, mas sem regularidade periódica, procurando refletir os eventos críticos do período de estágio. Este espaço teve como objetivo potenciar uma aprendizagem constante onde eu me assumo como o meu maior crítico de forma a conseguir realmente absorver o extrato de cada reflexão.

O preenchimento deste espaço de crescimento foi realizado consoante os passos dados, e aqui procurei descrever a minha visão profissional e pessoal dos principais momentos do estágio. Devido à confidencialidade que o contexto e a instituição exigem, optei por não expor aqui as reflexões mais detalhadas e profundas.

7.1. Período de reflexão nº1 (26/06 a 10/07)

Este período começou com a abertura oficial da época 2018/19 da equipa principal do Sporting Clube de Braga, em que os primeiros dias foram marcados pela apresentação do grupo e dos habituais testes médicos. No que me diz respeito enquanto elemento inserido na equipa de observação, comecei a conhecer o gabinete de trabalho e toda a área e gabinetes envolventes. Fiquei agradavelmente surpreendido pela proximidade e interação dos membros, o que na minha opinião foi um aspeto importante para que existisse sucesso dentro do campo.

Os primeiros dias foram divididos entre filmagens de treino (com rotatividade entre os três elementos do gabinete), reuniões com representantes

e parceiros de alguns softwares que utilizamos nas nossas funções diárias, como a Hudl/Sportscodes, GoalPoint e InStat, e iniciamos também a definição de certos parâmetros e instrumentos que serão padronizados para um melhor funcionamento no período competitivo. Neste período tivemos dois jogos de preparação: um com a equipa B do SC Braga no final da primeira semana, que foi muito importante para analisar de forma mais próxima os jogadores que já conhecia da época passada e também avaliar os reforços para comprovar se seriam uma mais-valia para o clube continuar a evoluir em busca de melhores resultados; e o segundo jogo realizou-se a meio da segunda semana, com a equipa do Leixões SC (que iria competir na Ledman Liga Pro), onde foi possível começar a sentir o efeito da carga física induzida ao longo destas duas semanas. Isto dificultou também a implementação de certos comportamentos por parte dos jogadores, que os treinadores queriam ver refletidos em jogo após o treino da manhã, principalmente no processo defensivo. Um fenómeno normal que acabou por condicionar um pouco os jogadores na tomada de decisão e na posterior execução, tendo em conta que nos encontrávamos na fase preparatória da época e tornava-se importante esta indução de fadiga ligeira.

Este primeiro período terminou com o início do estágio no Algarve, onde estivemos 24h por dia juntos, durante uma semana. Foi um momento muito importante para consolidar a minha ligação com toda a estrutura, staff e plantel.

7.2. Período de reflexão nº2 (11/07 a 16/08)

Após um período intenso de preparação para a 3ª Pré-Eliminatória da Liga Europa, esta assumiu uma extrema importância não só por ser o primeiro teste aos novos jogadores e ao “novo” plantel, mas também porque a entrada na fase de grupos da Liga Europa se assumiu como o grande objetivo inicial da equipa. Este acesso tinha uma importância transversal no clube, começando no topo por trazer grandes vantagens financeiras e prestígio internacional ao clube, passando pelos jogadores pela visibilidade internacional que a competição lhes poderia trazer, influenciando também o nosso trabalho pois a entrada na fase de

grupos significaria um número considerável de microciclos com jogos no meio da semana. Isto faria com que, para além da divisão anteriormente descrita, obrigaria a alguns ajustes tendo em conta que a análise dos adversários europeus iria ser bipartida (ou em alguns casos tripartida, consoante o volume de trabalho dos elementos do gabinete). Obviamente que para nós isso seria apenas um pormenor, pois qualquer um de nós preferia estar com elevado volume de trabalho, mas poder acrescentar o prestígio e as sensações que uma competição europeia como esta oferece.

A preparação para este jogo começou logo que tivemos conhecimento do sorteio. Começamos a analisar os jogos já realizados pela equipa, e tivemos também a oportunidade de realizar uma observação *'in loco'* ao último jogo realizado em casa, que foi importante para confirmar que, apesar do pouco apoio do público visto estarem a jogar a cerca de 350km de casa (reduto dos separatistas pró-Rússia), era realmente uma equipa que nos poderia causar dificuldades principalmente através da intensidade que já conseguia colocar em jogo numa fase tão precoce da época.

A eliminatória iniciou-se com um jogo na Ucrânia, com uma longa viagem a anteceder o jogo e uma equipa que se apresentava num registo competitivo mais avançado (contava já com 3 jogos realizados para o campeonato interno). A verdade é que este fator foi sentido logo no primeiro jogo, mas conseguimos sair com um empate a golos e com uma clara sensação de que éramos superiores individual e coletivamente, o que poderia ser considerado positivo.

A segunda mão veio após uma vitória na primeira jornada do campeonato e todo o clube se mostrava motivado para encarar este jogo de extrema importância. Infelizmente, apesar de conseguirmos fazer um jogo positivo e de uma notória evolução na qualidade do nosso jogo, dois golos sofridos após estarmos duas vezes em vantagem deitaram por terra o primeiro objetivo da época. Isto não trouxe alterações ao planeado relativamente à estruturação e distribuição do trabalho no nosso gabinete, mas foi claramente um duro golpe para o clube que se viu forçado a focar exclusivamente nas competições internas.

7.3. Período de reflexão nº3 (17/08 a 30/09)

Este período tornou-se importante por se seguir à eliminação da Liga Europa. Após esse deslize, tivemos também um empate inesperado para o campeonato, que fez com que a estrutura e os próprios adeptos ficassem naturalmente algo apreensivos, devido a este conjunto do que podemos considerar maus resultados (apesar de nenhuma derrota até à data) e tendo em conta a exigência que o estatuto do clube lhe confere.

Seguiram-se quatro vitórias consecutivas para o campeonato, sendo que a terceira foi contra um candidato direto na luta pelos lugares cimeiros da tabela classificativa. Naturalmente isto veio de certa forma amenizar o efeito dos dois deslizes iniciais, principalmente devido aos resultados dos restantes candidatos que nos permitiu chegar ao final deste período na primeira posição com um ponto de vantagem sobre o segundo classificado.

Obviamente que numa fase tão precoce da época, pouco ou nada quer dizer esta classificação, mas o facto de nos conseguirmos de certa forma igualar, e em certos momentos até superiorizar, a clubes com orçamentos significativamente maiores ajudou claramente à motivação da equipa e ao crescimento constante do projeto definido pelo clube.

7.4. Período de reflexão nº4 (01/10 a 10/11)

Ao período acima descrito, seguiu-se uma fase que aglomerou três jogos para o campeonato, dois jogos para as taças internas e ainda uma paragem competitiva devido aos jogos da seleção nacional. No final deste ciclo iria chegar novamente um jogo com um adversário que se encontrava muito próximo na tabela classificativa.

Relativamente aos jogos das taças, conseguimos em ambos o principal objetivo que era vencer. São sempre jogos complicados, mesmo contra equipas de divisões inferiores, porque o jogo assume um carácter especial para eles e cada vez mais se apresentam de forma mais competitiva e capazes de criar

problemas às equipas dos escalões superiores. No que diz respeito aos jogos do campeonato, não conseguimos o pleno de vitórias tal como nas taças, tendo totalizado dois empates e apenas uma vitória nesses jogos. O primeiro empate significou os primeiros pontos perdidos em casa, algo que não abalou a confiança da equipa. O segundo empate foi na casa do grande “rival”, num jogo extremamente competitivo e, respeitando essa mesma rivalidade de forma saudável, fez com que, naturalmente, nenhuma das equipas saísse satisfeita com apenas um ponto.

Seguiu-se o regresso às vitórias no campeonato, que nos permitiu encarar o derradeiro jogo deste período em igualdade pontual com o primeiro classificado, precisamente o adversário desse mesmo jogo. Era assim um jogo aguardado com grande expectativa, não só por todos os intervenientes, direta ou indiretamente, mas também por todo o panorama futebolístico nacional que já encaravam a nossa equipa como capaz de se intrometer nas contas do pódio do campeonato português.

Eis que, ao 15º jogo oficial da temporada, tivemos que lidar pela primeira vez com o sabor da derrota. Sentimento algo agri-doce, pois por um lado o orgulho da caminhada feita até ao momento (das poucas equipas mundiais que ainda não tinha sido derrotada em qualquer jogo oficial) contrastava com o amargo sabor da derrota, num jogo que estive tão próximo de ter um desfecho positivo. Fica a certeza de que conseguimos ser fiéis aos nossos princípios, colocando em sentido o campeão em título em sua própria casa.

7.5. Período de reflexão nº5 (11/11 a 23/12)

Após a primeira derrota da época surgiu uma natural expectativa para saber como iria a equipa reagir a um momento que até ali ainda não tinha experienciado. A verdade é que a equipa demonstrou que não se deixou afetar, ganhando os seguintes cinco jogos (dois para a Taça de Portugal e três para o campeonato). Este período “pós primeira derrota” foi também a fase em que me apercebi verdadeiramente da exigência e da influência do pormenor quando se

competem num nível tão alto e por objetivos tão ambiciosos. Não chega ser bom, não chega fazer quase tudo de forma perfeita, porque esse “quase” faz a diferença nestes jogos tão competitivos.

Imediatamente após esta fase surgiu uma paragem competitiva, devido aos jogos da seleção nacional, que permitiu que o peso desse jogo no seguinte fosse naturalmente reduzido, e adicionalmente recuperar os jogadores física e mentalmente. Esta recuperação foi fundamental e merecida após as várias vitórias consecutivas como referi, até porque cerca de um mês depois surgiu novo grande desafio na casa de um candidato ao título. Essa série positiva de jogos permitiu que chegássemos a esse jogo a três pontos do primeiro lugar e com um de vantagem relativamente ao próximo adversário.

Infelizmente, atrevo-me a dizer que esse mesmo jogo foi a nossa primeira má exibição. É algo que sabemos que acontece, nenhuma equipa consegue fazer uma época com exibições constantemente positivas porque surgem sempre dias menos positivos e, naturalmente, dificuldades impostas pelo adversário. Obviamente que queríamos atrasar ao máximo esse dia, e apesar de estarmos cientes que esse dia poderia chegar, não estávamos preparados para sofrer uma derrota com um resultado tão volumoso. Mentiria se dissesse que não me causou alguma apreensão o impacto que este resultado poderia ter na equipa e no desenrolar da época a partir daquele jogo porque, apesar de ser fundamental reerguermos-nos após cada queda, há momentos mais complicados de o fazer.

Felizmente, apenas cinco dias depois tivemos novamente jogo para a Taça da Liga, e visto que o apuramento estava praticamente garantido, permitiu gerir de melhor forma o pós-jogo da derrota anterior. Sem descurar a preparação deste jogo, porque era imperial que os jogadores o abordassem de forma séria e profissional, optou-se por retirar um pouco o nível de exigência mental dos treinos e exercícios de forma a recuperar os jogadores animicamente e assim acabar por tirar proveito disso no jogo. Foi um momento de grande aprendizagem, principalmente porque foi possível perceber de forma prática o que significa a expressão de que às vezes “menos pode ser mais”, ou seja, diminuindo e descomplicando a informação transmitida aos jogadores durante a

semana permitiu uma melhor recuperação e evitou-se sobrecarregar a sua recetividade já *a priori* diminuída. O *outcome* foi o pretendido e conquistamos a vitória e o consequente apuramento.

7.6. Período de reflexão nº6 (15/09 a 23/01)

A data mais alargada deste período pode parecer equívoco, mas neste espaço optei por realizar uma reflexão sobre uma competição específica - a Taça da Liga. Este ano, a prova assumiu um foco especial devido ao facto da *Final Four* se realizar pelo segundo ano consecutivo no nosso estádio. Isto significou um acréscimo na motivação perante a prova, não só para jogadores e estrutura como também para os sócios e adeptos. Adicionalmente, entrámos na fase de grupos como cabeça de série, o que à partida significava um caminho (teoricamente) mais acessível até à *Final Four* mas, ao mesmo tempo, mais responsabilidade inerente. O objetivo foi cumprido de forma bastante positiva com três vitórias, onze golos marcados e apenas dois sofridos, e estávamos portanto apurados para a *Final Four* da prova. Os quatro cabeças de série venceram os respetivos grupos, o que garantiu desde logo três jogos (meias-finais e final) de elevado nível competitivo.

No que diz respeito à semana da *Final Four*, foi uma semana de fortes emoções e sensações. Em primeiro lugar pelo facto de estarmos a lutar por um troféu na nossa casa, o que por si só era extremamente motivador. Em segundo lugar porque, tendo a Liga Portugal tomado conta das nossas instalações durante essa semana, a nossa base de operações transferiu-se para a Cidade Desportiva, onde estivemos em contacto com toda a estrutura da formação do clube. A existência desta ligação é, na minha opinião, algo importantíssimo para ambos os lados e deveria ocorrer com maior frequência.

Finalmente, o facto de dividirmos tarefas de forma a observar ao vivo a primeira meia-final e analisar ambas as equipas como possíveis adversários, de acordo com quem vencesse o jogo e caso, obviamente, nós vencêssemos o nosso também. Este trabalho acabou por ser um pouco ingrato pois, no fundo,

foram realizadas 2 análises quase completas em cerca de três/quatro dias que acabaram por não ser necessárias pois não conseguimos a qualificação para a final. Após uma meia-final bem disputada acabamos por ver o nosso sonho cair no desempate por grandes penalidades. Foi um golpe duro pois todos sentimos que era uma excelente oportunidade de adicionar mais um troféu ao museu do clube.

7.7. Período de reflexão nº7 (26/02 a 02/04)

Focando novamente numa competição, o alvo desta reflexão é exclusivamente a Taça de Portugal, a última grande conquista do clube, em 2015/16 e precisamente cinquenta anos depois da conquista da primeira e única Taça de Portugal do palmarés do clube. Obviamente que, para lá do natural prestígio da competição, o facto de ter sido o último troféu que o clube conquistou ajudou a que clube e adeptos olhassem para a competição com grande expectativa. Nas eliminatórias anteriores a este período foram realizados quatro jogos, sendo que dois foram com equipas do terceiro escalão nacional e os outros dois com equipas do nosso escalão. Apesar de sermos teoricamente favoritos em todos esses jogos, esta é uma prova em que todas as equipas se procuram superar de forma a surpreender. O facto de três desses quatro jogos terem sido realizados na casa dos nossos adversários foi uma dificuldade acrescida ao qual a equipa sempre conseguiu responder positivamente e conseguimos ultrapassar as quatro eliminatórias.

Chegamos então a este período, o período onde se realizaram as meias-finais. Tal como na Taça da Liga, acabaram por ser os quatro primeiros classificados do campeonato a chegar às meias-finais desta prova. A única diferença é que na Taça de Portugal as meias-finais são jogadas a duas mãos e o sorteio ditou que iríamos começar esta fase a jogar fora de casa. Sabíamos que era de extrema importância conquistar um bom resultado para o jogo da segunda mão, de forma a que a eliminatória se mantivesse aberta para podermos fazer a diferença com o apoio dos nossos adeptos. Infelizmente, um

jogo menos conseguido fez com que levássemos para a segunda mão uma desvantagem de três golos.

Este jogo coincidiu com um período menos positivo no campeonato, mas sem nunca deixar de acreditar que seria possível vencer a eliminatória, tínhamos clara consciência que seria uma árdua tarefa, pelo que o principal objetivo para a segunda mão passava por corrigir a imagem deixada no jogo anterior. Felizmente conseguimos cumprir esse objetivo, deixando mesmo no ar a ideia de que com a sorte do nosso lado aliado ao grande jogo realizado poderíamos ter alcançado o que muito pouca gente acreditava à partida: levar o jogo para prolongamento. Porque é essa sorte que todas as equipas procuram para alavancar toda a sua competência, a diferença entre uma bola bater no poste e entrar ou sair, essa que não esteve de facto do nosso lado neste jogo.

7.8. Período de reflexão nº8 (02/01 a 17/05)

Após a pesada derrota sofrida no final do mês de Dezembro seguiu-se uma grande resposta no campeonato com seis vitórias e um empate, nos sete jogos seguintes. Isto provou a resiliência da equipa em continuar na luta pelos lugares cimeiros, apesar de duas derrotas contra os mais fortes candidatos ao título. Demonstrámos ser uma equipa alimentada pela vontade de chegar mais além, de conseguir uma posição no pódio de um campeonato historicamente dominado por três clubes. Esta forte série permitiu-nos chegar a meados do mês de Fevereiro como uma das equipas com menos derrotas (apenas duas em todas as competições) e colados aos dois primeiros classificados (um e dois pontos de distância para segundo e primeiro classificado, respetivamente). Adicionalmente, o facto de conseguirmos criar uma vantagem de sete pontos para o terceiro classificado era bastante positivo, apesar de estarmos cientes que no futebol uma vantagem destas não é algo impossível de ser recuperado e, portanto, teríamos que manter o registo exibicional e, principalmente, de resultados.

A verdade é que, a essa série positiva de sete jogos, seguiram-se três derrotas consecutivas (duas para o campeonato e uma para a Taça de Portugal), que fez com que os dois primeiros classificados se distanciassem um pouco e o quarto classificado se colocasse a apenas três pontos de nós. Seguiram-se três vitórias consecutivas para amenizar um pouco as derrotas anteriores, onde conseguimos encurtar um pouco a distância para os dois primeiros classificados (cinco pontos) mas não conseguimos alargar a vantagem sobre o quarto. Entre os cinco jogos seguintes para o campeonato, iríamos defrontar os dois primeiros classificados. Nesse ciclo, apesar de na minha opinião não ter sido o mais decisivo da época, acabamos por não conseguir os resultados pretendidos e, para além de perdermos esses dois confrontos, acabamos por somar ainda mais uma derrota. Isto que fez com que fossemos ultrapassados no último lugar do pódio e caminhássemos para as últimas três jornadas a seis pontos desse mesmo objetivo, o que nos obrigava a reconhecer que esse grande objetivo estaria praticamente hipotecado pois teríamos que esperar que o nosso adversário perdesse pelo menos sete pontos (devido à vantagem no confronto direto com a nossa equipa).

Na minha opinião, a equipa acabou mesmo por, ainda que inconscientemente, assumir que o objetivo seria inatingível após a vantagem desperdiçada na luta pelo terceiro lugar, e nos derradeiros três jogos somou novamente duas derrotas e apenas uma vitória (na última jornada). Este período longo acabou por ter duas fases distintas: uma grande reação à segunda derrota sofrida e outra com uma série de resultados menos positivos que acabaram por impedir que atingíssemos uma melhor posição do que na época anterior.

7.9. Período de reflexão nº9 (O FINAL)

Esta reflexão será dividida em dois focos: o primeiro a nível coletivo, sintetizando os períodos acima descritos, e o segundo a um nível pessoal e profissional, procurando resumir este ano de trabalho.

No que respeita à prestação coletiva nas mais diversas competições, acredito que posso caracterizar um ano algo irregular, com uma excelente fase inicial que se prolongou até ao último terço da época, seguida de uma fase bem menos positiva. No campeonato tivemos uma prestação muito boa nos primeiros vinte e um jogos, contabilizando um total de quarenta e nove pontos (2,33 pontos/jogo), que nos permitia entrar para a vigésima segunda jornada a dois pontos da liderança. Conseguimos também um total de quarenta golos marcados e apenas dezoito sofridos, a segunda defesa menos batida da prova. Infelizmente, nos últimos treze jogos não conseguimos manter o registo de performance e apenas conseguimos conquistar vinte e cinco pontos (1,92 pontos/jogo). Marcamos dezasseis golos e sofremos dezanove, praticamente os mesmo que nos vinte e um jogos anteriores, e assim finalizamos como quinta melhor defesa da prova.

Nas taças, a prestação foi idêntica em ambas, onde conseguimos chegar às meias-finais. Aspeto curioso deste ano foi o facto de, em ambas as provas, as quatro equipas semifinalistas terem sido as quatro primeiras classificadas do campeonato, que demonstra que todas se empenharam em ir o mais longe possível em todas as provas nacionais. Podemos dizer que só não se faz um balanço extremamente positivo da época devido às expectativas criadas com uma excelente primeira fase da época. Todos sentimos que estivemos muito perto de melhorar a classificação anterior e a última fase da época acabou por baixar essas expectativas, depois de estarmos tão próximos de o atingir. Ficou também por concretizar o objetivo de estar presente em pelo menos uma final de uma das taças e, conseqüentemente, vencê-la. Era algo pelo qual os adeptos e a estrutura ansiavam e penso que o clube está a dar os passos certos para que essas presenças em finais aconteçam com maior frequência.

Naturalmente, por tudo o que foi exposto até aqui, foi um ano de grande aprendizagem pessoal. Para além da normal habituação a um contexto de trabalho, essa adaptação teve dificuldade acrescida com a exigência inerente a este contexto específico. Apesar de já ter tido oportunidade de trabalhar noutros contextos no futebol profissional, este foi sem dúvida o maior desafio do meu percurso, tendo em conta a dimensão do clube e a sua notória evolução nos

últimos anos. O Sporting Clube de Braga tem demonstrado uma crescente capacidade de lutar pelo pódio em todas as competições nacionais, contrariando o já referido domínio histórico por parte do Futebol Clube do Porto, Sport Lisboa e Benfica e Sporting Clube de Portugal. As presenças assíduas nas principais competições europeias ajudam também a elevar o nome do clube no futebol internacional.

Tendo em conta todos estes fatores, foi de facto um grande desafio para mim. Estou satisfeito com a minha rápida adaptação a todo o contexto onde me inseri, muito graças ao *background* adquirido na FADEUP e nos contextos profissionais anteriores, mas também pela excelente estrutura profissional e humana do próprio clube. Mais concretamente como analista, foi um ano de grande crescimento e evolução. Tive a felicidade de trabalhar com pessoas extremamente competentes e experientes, que me ensinaram imenso e ajudaram a enfrentar os desafios que esta época tinha reservado para mim. O facto de experimentarmos um novo modelo de análise, que até ao momento era novo para mim e para os restantes elementos, foi também muito produtivo e impôs-me um trabalho acrescido de estudo para perceber os seus pontos positivos e negativos. Aliado a isto, tive a oportunidade de trabalhar num clube que oferece as melhores condições para que o trabalho seja realizado de forma competente e eficiente, inserido num gabinete que me recebeu de uma forma muito positiva, ajudou imenso na minha integração e facilitou o trabalho em equipa realizado ao longo deste estágio.

8. Síntesis Críticas

8. Sínteses Críticas

Todos os segundos de reflexão após cada treino, cada jogo, cada semana, cada mês apenas serão verdadeiramente produtivos se for realizado um balanço final geral, pesando todos os aspetos negativos e positivos, de forma a conseguir fazer um ponto de situação relativamente aos objetivos estabelecidos. Consequentemente, delinear objetivos novos e mais desafiantes e, principalmente, corrigir os aspetos negativos, de forma a cumprir um lema que me acompanha diariamente: ser sempre melhor do que ontem. Admito que é um pouco utópico atingir tal objetivo diariamente, mas estou certo que, seguindo o caminho a uma velocidade própria, o fundamental é fazer de todos os momentos uma aprendizagem, independentemente dos obstáculos que, indubitavelmente, surgirão no meu percurso.

Assumindo estas palavras como um lema que me acompanha no dia-a-dia, achei pertinente realizar um conjunto de sínteses críticas que permitam fazer um balanço final deste estágio, esmiuçando algumas relações que considero importantes entre mim e outras dimensões do contexto, assim como um balanço final do impacto que este estágio teve em mim enquanto homem, analista, treinador e aluno. Porque tão importante como o caminho realizado é a forma como este me influenciou, a interpretação feita a cada passo, cada dificuldade e cada estratégia encontrada para as resolver.

8.1. Relação Estagiário – GOA

Porque acredito que todos os jogadores são tão melhores quanto melhor for a sua equipa, apenas faz sentido iniciar este balanço pelo gabinete que me acolheu e cujos elementos me acompanharam intensamente em cada desafio diário.

O sucesso desta caminhada deve-se muito à maneira como fui recebido porque, mais do que um estagiário, acolheram-me como parte integrante de toda a dinâmica do gabinete. Proporcionaram-me a oportunidade de perceber de

forma mais clara a dimensão que a Observação e a Análise de Jogo está a assumir no futebol profissional, nomeadamente nos grandes clubes, e que a sua importância na dinâmica diária de uma equipa de alto rendimento é cada vez mais significativa e evidente.

De forma semelhante ao trabalho desenvolvido na vertente física, o nosso trabalho também se assume cada vez mais como um treino complementar, no que concerne à interpretação do jogo e tarefas que englobam todos os momentos: pré-treino, treino, pós-treino, pré-jogo, jogo e pós-jogo. Este aumento de preponderância tem sido notório ao longo dos últimos anos e, atualmente, poucos (atrevo-me a dizer nenhum) são os clubes e treinadores de topo que não reconhecem a importância destes profissionais e departamentos.

8.2. Relação Estagiário/GOA - Equipa Técnica

Como já tive a oportunidade de referir, a equipa técnica atribuiu uma grande importância ao processo de Observação e Análise de Jogo, tanto da própria equipa como do adversário. Isto por si só é um bom ponto de partida para que a sua relação com o gabinete obtenha o sucesso desejado, uma vez que a exigência perante o processo obriga a uma extrema dedicação e superação, não só da minha parte individualmente, mas de todos os elementos integrantes do gabinete. Esta visão aberta perante o processo também propiciou que cada dificuldade encontrada fosse ultrapassada com relativa facilidade, visto que todos os elementos desde o início demonstraram abertura para que pudessemos expor e resolver os problemas enfrentados.

Admito que inicialmente me senti algo retraído na relação com todos os elementos da equipa técnica, possivelmente por ser o único elemento que ainda não tinha trabalhado com a mesma. Não obstante, esta barreira foi rapidamente ultrapassada pela forma como todos me receberam e me foram introduzindo nas suas rotinas de trabalho. Lentamente, a minha autonomia e do Gabinete foram aumentando, e sentimos que toda a equipa técnica via refletida a sua visão no trabalho apresentado. O constante desafio que o treinador principal e adjuntos

colocavam no nosso trabalho foi extremamente positivo, e visto que fomos capazes de corresponder a essas expectativas e demonstramos estar à altura dos desafios, com o decorrer da época foram solicitando mais e diferentes tipos de informação nos relatórios, vídeos e apresentações.

De facto, foi bastante prazeroso sentir que todo o nosso trabalho teve, efetivamente, um impacto significativo no rendimento do trabalho da equipa técnica e dos jogadores. Esta influência positiva estendeu-se também ao facto de nos fazerem sentir que o nosso trabalho foi preponderante para a definição e constante aperfeiçoamento do nosso modelo de jogo, assim como na sua transmissão para os jogadores. Acredito que, aparentemente, possa parecer algo simples de concretizar, mas ser parte ativa de um importante processo da equipa é extremamente compensador para um analista/ futuro treinador.

8.3. Relação Estagiário – Clube

Da minha interação com o Sporting Clube de Braga faço um balanço positivo pela confiança que sempre depositaram em mim. Desde o momento em que me convidaram para trabalhar na equipa B até ao convite para passar para a equipa principal, e espelhado agora também na confiança demonstrada para continuar a desempenhar as mesmas funções na próxima época. Felizmente encontrei uma instituição que valoriza a dimensão pessoal paralelamente à dimensão profissional, que me permite o estabelecimento de relações e amizades que se prolongam para lá do contexto de trabalho, algo de extrema importância para mim. Obviamente que também neste aspeto foi um ano de adaptação, porque apesar de não ser uma cara nova no clube, a passagem pela equipa B levou-me a conhecer e naturalmente adaptar-me a novas pessoas e respetivas personalidades. Isto é também algo que faço questão de cimentar durante toda a minha carreira porque, no fim, são os valores e as amizades que sobressaem e que constroem a verdadeira identidade de um clube e dos seus profissionais.

8.4. Impacto deste estágio na dimensão Profissional do estagiário

Profissionalmente, o principal objetivo deste estágio só será concluído após a entrega e respetiva defesa pública deste mesmo relatório, sendo que apenas após a aprovação de ambas poderei obter o nível de treinador UEFA 'B'. Digo principal apenas devido ao facto de eu desempenhar estas funções independentemente da realização do estágio. Numa análise mais detalhada, este período foi extremamente importante para melhorar a minha capacidade de trabalhar em equipa, tendo em conta que foi apenas a minha segunda experiência inserido num Gabinete de Análise com hierarquias definidas (sendo que a primeira foi durante um curto período de tempo, na equipa B, na época anterior).

Resumidamente, foi um período muito enriquecedor onde tive a oportunidade de abrir novos horizontes no que à Análise diz respeito, tanto pela nova metodologia adotada, como também com os excelentes profissionais com quem tive o prazer de privar. Simultaneamente, tive a oportunidade de absorver conhecimento e desenvolver a minha perspetiva em relação ao treino, consequência de trabalhar com um treinador, uma equipa técnica e uma estrutura de referência na área. Este desenvolvimento aconteceu principalmente na interligação entre a Análise e o treino, devido ao cargo desempenhado. Sem dúvida que isso me permitiu evoluir em todas as diferentes “peças” que constroem o “Eu” analista e treinador. Assim, e de forma a concluir o impacto deste estágio nesta dimensão, vou estabelecer alguns pontos que me parecem pertinentes de forma a elucidar as principais conclusões absorvidas deste estágio:

- cada vez mais o analista assume um papel de extrema importância no seio de uma equipa e no seu funcionamento diário; inerente a isto o processo de análise tem assumido também um maior estatuto no plano de trabalhos, tanto semanal como diário, assumindo-se como um treino complementar: pré-treino, treino, pós-treino, pré-jogo, jogo e pós-jogo;

- o processo de análise está cada vez mais anexado ao modelo de jogo e ao modelo de treino, ambos representando uma parte ativa do outro e influenciando-se mutuamente;
- o analista deve afirmar-se como uma extensão dos “olhos” do treinador e respetiva equipa técnica, ao mesmo tempo que apresenta a capacidade de detetar aquilo que lhes “escapa” à visão;
- o analista deve possuir a capacidade de identificar padrões de comportamentos do adversário de forma a que a preparação para os jogos possa espelhar esses mesmos comportamentos. Paralelamente, deve também ser capaz de identificar o que “não é visível”, isto é, identificar comportamentos que fogem aos padrões definidos mas que apresentam uma eficácia significativa e são dignos de atenção na preparação do jogo;
- o analista deve apresentar a capacidade de garantir o cumprimento das suas tarefas nos prazos e *timings* definidos, assim como ser capaz de realizar o mesmo trabalho em períodos de tempo mais curtos quando o calendário assim o exigir;
- apesar desta perspetiva ter vindo a sofrer alterações graduais, o analista deve continuar na busca do reconhecimento especializado, isto é, deixar de ser reconhecido como informático ou técnico de audiovisuais, assumindo-se como um elemento especializado no jogo, no treino e na análise de ambos.

8.5. Impacto deste estágio na dimensão Pessoal do estagiário

No que diz respeito ao aspeto mais individual deste estágio, o balanço é extremamente positivo, logo à partida pelo facto de ter a possibilidade de o realizar num contexto tão enriquecedor como o Sporting Clube de Braga, somando o facto de ser realizado aliado à minha função contratualizada com o clube. Tornou-se assim possível atingir os objetivos inicialmente propostos, tal como o desenvolvimento e consolidação da minha identidade como observador

e treinador, graças aos excelentes recursos materiais e humanos que o clube dispõe.

Aliado ao aspeto anterior, os excelentes recursos humanos nas diversas áreas envolventes (por exemplo, nutrição e fisiologia) permitiram-me absorver os seus conhecimentos, resultado também das boas relações interpessoais estabelecidas. Esse foi também um dos aspetos que mais destaque neste percurso na minha caminhada, as amizades que me orgulho de ir colecionando neste mundo fantástico do Futebol, pessoas recheadas de experiências, sabedoria, conhecimento, valores e a maioria também de sonhos, tal como eu. Sonhos esses que me (nos) vão alimentando nesta maratona, que nos permitem ir subindo degrau a degrau e combater o conformismo profissional.

8.6. Dificuldades enfrentadas e Estratégias delineadas

Ao longo deste período, tenho que confessar que a maior dificuldade foi a conciliação da composição deste relatório com a minha prática profissional. Fruto da exigência deste contexto, foi com alguma frequência que o nosso tempo fora do gabinete foi também ocupado por algumas tarefas que, por diversas razões, não se tenham concluído no horário normal de trabalho. Isto é um aspeto que acompanha qualquer profissional da área, seja ele treinador, analista ou fisiologista.

O Futebol é um meio de processos inacabados, tanto no terreno de jogo como fora dele: não há nenhuma equipa que apresente alguma vez, por exemplo, um processo ofensivo perfeito, pois existem sempre aspetos que se podem melhorar ou modificar no processo, e o mesmo acontece nas mais diversas tarefas de um treinador ou analista.

Outro aspeto que exigiu de mim alguma capacidade e tempo de adaptação foram as dinâmicas de trabalho num gabinete com vários elementos e com hierarquias definidas. Estando eu habituado a ser o único elemento responsável pelo processo de análise, este estágio dotou-me com a capacidade de trabalhar em equipa no que diz respeito ao já referido processo, aspeto ao

qual me adaptei rapidamente com o auxílio dos meus colegas de gabinete e do responsável.

Adicionalmente, algo que inicialmente exigiu também capacidade de adaptação foi o facto de o clube contar com uma grande estrutura humana nos mais diversos departamentos e funções, e conhecer todos os elementos pela primeira vez poderia dificultar o meu trabalho numa fase inicial. Felizmente, o período de adaptação a todos eles foi extremamente rápido devido à abertura e amizade com que fui recebido.

Como analista, a maior dificuldade foi a adaptação ao novo modelo de análise e distribuição dos adversários, dificuldade partilhada com os restantes elementos do gabinete, tendo em conta que nenhum de nós tinha alguma experiência anterior com o mesmo modelo. Em virtude de estarmos habituados a dividir as tarefas relativas a um adversário pelos elementos do gabinete a cada microciclo, o facto de cada um de nós ficar responsável por todas as tarefas obrigou, acima de tudo, a um ajuste do planeamento crucial para uma correta gestão de trabalho. O analista assumia a liberdade de escolher como gerir as tarefas a cada ciclo de análise, sem nunca comprometer as datas de entrega da informação e sem negligenciar todas as tarefas simultâneas que o cargo exigisse. Esta dificuldade foi sendo ultrapassada com a constante discussão entre os elementos acerca dos ajustes a efetuar no modelo, de forma a se enquadrar e se moldar na dinâmica estabelecida pelo gabinete e pela equipa técnica.

8.7. O Futuro

Antes de mais, sinto-me obrigado a reforçar a satisfação e felicidade pela realização deste estágio, que tenho a certeza que foi mais um importante passo no meu desenvolvimento pessoal, profissional e académico. Tenho hoje a certeza que a opção que tomei em 2012 ao entrar na FADEUP foi a mais acertada, tal como optar por continuar o meu percurso nesta instituição através do mestrado. E este orgulhoso olhar sobre o passado abre a mente para o futuro

que se aproxima, e com ele surgem mais objetivos e sonhos pelos quais trabalharei arduamente.

Pessoalmente, espero continuar a ser reconhecido pelos valores, conhecimento, humildade e carácter nos diversos contextos onde futuramente me inserir.

Na vertente profissional, as perspetivas subdividem-se em continuidade e evolução. Continuidade porque, felizmente, vou ter o prazer de continuar a desempenhar as mesmas funções no Sporting Clube de Braga, com o ensejo de corresponder à confiança depositada em mim e no meu trabalho com máximo rigor e exigência; evolução porque sou um inconformado por natureza e, como tal, continuarei em busca de aperfeiçoar as minhas qualidades como analista e treinador, munindo-me com o máximo de ferramentas para enfrentar qualquer desafio que o Futebol me disponha.

Assim, certificar-me-ei que estarei preparado para corresponder aos mais elevados níveis de exigência, procurando sempre deixar a minha marca pessoal por onde passe. A nível académico, espero corresponder a todas as expectativas depositadas em mim e que, por fim, este relatório seja um feliz encerramento de mais um capítulo de um livro ainda incompleto.

9. Referências Bibliográficas

9. Referências Bibliográficas

- Barreira, D. (2013). *Tendências evolutivas da dinâmica tática em Futebol de alto rendimento: estudo da fase ofensiva nos Campeonatos da Europa e do Mundo, entre 1982 e 2010*. Porto: D. Barreira. Dissertação de Doutoramento apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Carling, C., Mark Williams, A., & Reilly, T. (2005). *Handbook of Soccer Match Analysis - A systematic approach to improving performance*. London: Routledge - Taylor & Francis Group.
- Carneiro, J. (2016). *O modus operandi de um Analista do Jogo de Futebol*. Porto: J. Carneiro. Relatório de Estágio Profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Treino de Alto Rendimento, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Carvalho, C. (2014). *Futebol. Um saber sobre o saber fazer*. Estoril: Prime Books
- Costa, T. M. (2018). *Observação, Análise e Interpretação do Jogo de Futebol: Práticas, Reflexões e Indagações em contexto de Alto Rendimento*. Porto: T. M. Costa. Relatório de estágio profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Treino de Alto Rendimento, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Cruyff, J. (2002). *Me gusta el fútbol*. Barcelona: RBA Libros.
- Garganta, J. (1996). Modelação da Dimensão Tática do Jogo de Futebol. In J. Oliveira & F. Tavares (Ed.), *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos* (pp. 63-82). Porto: FCDEF.
- Garganta, J. (1997). *Modelação tática do jogo de Futebol. Estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento*. Dissertação de Doutoramento apresentada à Faculdade de Ciências de Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.
- Garganta, J. (1998). *Analisar o jogo nos jogos desportivos colectivos. Uma preocupação comum ao treinador e ao investigador*. Horizonte, vol. XIV (83), 7 – 14.
- Garganta, J. (2005). *Dos constrangimentos da acção à liberdade de inter(acção), para um futebol com pés... e cabeça*. In D. Araújo (Ed). O contexto da decisão - A acção tática no desporto (pp. 179-190). Lisboa. Visão e contextos.
- Garganta, J., Guilherme, J., Barreira, D., Brito, J., & Rebelo, A. (2013). Fundamentos e práticas para o ensino e treino do futebol. In F.

- Tavares (Ed.), *Jogos Desportivos Coletivos: Ensinar a Jogar*. Porto: Editora FADEUP.
- Garganta, J., & Silva, P. C. e. (2000). O jogo de futebol: entre o caos e a regra. *Horizonte: Revista de Educação Física e Desporto*, XVI(91), 5-8.
- Macedo, N. (2014). Observação e Análise das Acções de Bola Parada ofensivas e defensivas do Moreirense Futebol Clube, em contexto de Treino e Competição. Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Najmanovich, D. (2015). Qué vemos cuando vemos: TEDxPlazadelLector.
- Rebelo, C. (2015). *O jogo como reflexo do processo de treino*. Porto: C. Rebelo. Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Ribeiro, P. (2009). A observação como ponto de partida para uma análise pormenorizada das características das equipas adversárias. Relatório de Estágio Profissionalizante para a obtenção do grau de mestre em Treino de Alto Rendimento, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Sánchez, F. (2015), *¿Qué esconde tu rival?*. Castelldefels: Fútbol de Libro.
- Silva, P. (2006). *A análise do jogo em Futebol. Um estudo realizado em clubes da Liga Betandwin.com*. Lisboa: P. Silva. Dissertação de Mestrado apresentada à FMH-UTL.
- Soyer, E. (2013). *Filtered reality: The importance of what you (don't) see*: TEDxOZU.
- Vásquez, Á. V. (2012). *Fútbol. Del Análisis del Juego a la Edición de Informes Técnicos*. Coruña: MC Sports
- Ventura, N. (2013). *Observar para ganhar: O Scouting como ferramenta do treinador*. (S.l.) : Prime Books.
- Wooden, J. (1988). *Practical Modern Basketball*. New York: McMillan Publishing Company.

10. Anexos

10. Anexos

Anexo I: Documento das Competições Oficiais da LPFP



CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS		SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES	
					1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª DIV				
							1ª FASE	2ª FASE			
								AP.CAMP.	MANUT.		
JULHO	1	DOMINGO								AA FASE FINAL CAMP. MUNDO (RÚSSIA)	
	2	2ª FEIRA									
	3	3ª FEIRA									
	4	4ª FEIRA									
	5	5ª FEIRA									UEL PR2
	6	6ª FEIRA									
	7	SÁBADO									
	8	DOMINGO									
	9	2ª FEIRA									
	10	3ª FEIRA									
	11	4ª FEIRA									UCL QR1
	12	5ª FEIRA									UEL QR1
	13	6ª FEIRA									
	14	SÁBADO									
	15	DOMINGO									
	16	2ª FEIRA									
	17	3ª FEIRA									UCL QR1
	18	4ª FEIRA									UEL QR1
	19	5ª FEIRA									
	20	6ª FEIRA									
	21	SÁBADO									
	22	DOMINGO									
	23	2ª FEIRA									
	24	3ª FEIRA									UCL QR2
	25	4ª FEIRA									UEL QR2
	26	5ª FEIRA									
	27	6ª FEIRA									
	28	SÁBADO									
	29	DOMINGO									
	30	2ª FEIRA									
	31	3ª FEIRA									UCL QR2

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO
ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS		SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES	
							1º DIV				
					1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª FASE	2ª FASE			
								AP.CAMP.	MANUT.		
AGOSTO	1	4ª FEIRA	ST								UCL QR2
	2	5ª FEIRA								UEL QR2	
	3	6ª FEIRA									
	4	SÁBADO									
	5	DOMINGO									
	6	2ª FEIRA									
	7	3ª FEIRA								UCL QR3	
	8	4ª FEIRA								UEL QR3	
	9	5ª FEIRA									
	10	6ª FEIRA									
	11	SÁBADO									
	12	DOMINGO			J1						
	13	2ª FEIRA									
	14	3ª FEIRA								UCL QR3	
	15	4ª FEIRA							FERIADO	QR3+SUPERCUP	
	16	5ª FEIRA								UEL QR3	
	17	6ª FEIRA									
	18	SÁBADO					J1				
	19	DOMINGO			J2						
	20	2ª FEIRA									
	21	3ª FEIRA								UCL Poff	
	22	4ª FEIRA								UEL Poff	
	23	5ª FEIRA									
	24	6ª FEIRA									
	25	SÁBADO					J2				
	26	DOMINGO			J3						
	27	2ª FEIRA									
	28	3ª FEIRA					J3			UCL Poff	
	29	4ª FEIRA								UEL Poff	
	30	5ª FEIRA									
	31	6ª FEIRA									

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO
ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS	SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES	
				1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª DIV				
						1ª FASE	2ª FASE			
							AP.CAMP.	MANUT.		
SETEMBRO	1	SÁBADO				J4				
	2	DOMINGO		J4						
	3	2ª FEIRA							AA JOGO PREP POR x TBC UEFA N. LEAGUE POR x ITA	S21 JOGOS QUAL. CAMP. EUROPA POR x ROM + WAL x POR
	4	3ª FEIRA								
	5	4ª FEIRA								
	6	5ª FEIRA								
	7	6ª FEIRA								
	8	SÁBADO								
	9	DOMINGO	J1							
	10	2ª FEIRA								
	11	3ª FEIRA								
	12	4ª FEIRA								
	13	5ª FEIRA								
	14	6ª FEIRA								
	15	SÁBADO				J5				
	16	DOMINGO		J5						
	17	2ª FEIRA								
	18	3ª FEIRA								
	19	4ª FEIRA								UCL MD1
	20	5ª FEIRA								UEL MD1
	21	6ª FEIRA								
	22	SÁBADO				J6				
	23	DOMINGO		J6						
	24	2ª FEIRA								
	25	3ª FEIRA				J7				
	26	4ª FEIRA								
	27	5ª FEIRA								
	28	6ª FEIRA								
	29	SÁBADO				J8				
	30	DOMINGO		J2						

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO
ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS	SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES	
				1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª DIV				
						1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	MANUT.		
OUTUBRO	1	2ª FEIRA								
	2	3ª FEIRA								UCL MD2
	3	4ª FEIRA								UEL MD2
	4	5ª FEIRA								
	5	6ª FEIRA							FERIADO	
	6	SÁBADO				J9				
	7	DOMINGO			J7					
	8	2ª FEIRA							AA UEFA N. LEAGUE POL X POR JOGO PREP POR X TBC	S21 JOGOS QUAL. CAMP. EUROPA LIE x POR + POR x BIH
	9	3ª FEIRA								
	10	4ª FEIRA								
	11	5ª FEIRA								
	12	6ª FEIRA								
	13	SÁBADO								
	14	DOMINGO			J8					
	15	2ª FEIRA								
	16	3ª FEIRA								
	17	4ª FEIRA								
	18	5ª FEIRA								
	19	6ª FEIRA								
	20	SÁBADO					J10			
	21	DOMINGO		J3						
	22	2ª FEIRA								
	23	3ª FEIRA								UCL MD3
	24	4ª FEIRA								UEL MD3
	25	5ª FEIRA								
	26	6ª FEIRA								
	27	SÁBADO					J11			
	28	DOMINGO			J9					
	29	2ª FEIRA								
	30	3ª FEIRA					J12			
	31	4ª FEIRA								

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO
ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS		SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES	
					1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª DIV				
							2ª FASE				
							1ª FASE	AP.CAMP.	MANUT.		
NOVEMBRO	1	5ª FEIRA								FERIADO	
	2	6ª FEIRA									
	3	SÁBADO				J13					
	4	DOMINGO		J10							
	5	2ª FEIRA									
	6	3ª FEIRA									UCL MD4
	7	4ª FEIRA									UEL MD4
	8	5ª FEIRA									
	9	6ª FEIRA									
	10	SÁBADO				J14					
	11	DOMINGO		J11							
	12	2ª FEIRA								AA UEFA NATIONS LEAGUE ITA x POR + POR x POL	S21 PLAY-OFF
	13	3ª FEIRA									
	14	4ª FEIRA									
	15	5ª FEIRA									
	16	6ª FEIRA									
	17	SÁBADO									
	18	DOMINGO		J12							
	19	2ª FEIRA									
	20	3ª FEIRA									
	21	4ª FEIRA									
	22	5ª FEIRA									
	23	6ª FEIRA									
	24	SÁBADO									
	25	DOMINGO		J4							
	26	2ª FEIRA									
	27	3ª FEIRA									UCL MD5
	28	4ª FEIRA									UEL MD5
	29	5ª FEIRA									
	30	6ª FEIRA									

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO
ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS	SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES	
				1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª DIV				
						1ª FASE	2ª FASE			
							AP.CAMP.	MANUT.		
DEZEMBRO	1	SÁBADO				J15			FERIADO	
	2	DOMINGO			J13					
	3	2ª FEIRA								
	4	3ª FEIRA				J16				
	5	4ª FEIRA								
	6	5ª FEIRA								
	7	6ª FEIRA								
	8	SÁBADO							FERIADO	
	9	DOMINGO			J14					
	10	2ª FEIRA								
	11	3ª FEIRA								UCL MD6
	12	4ª FEIRA								
	13	5ª FEIRA								UEL MD6
	14	6ª FEIRA								
	15	SÁBADO				J17				
	16	DOMINGO			J15					
	17	2ª FEIRA								
	18	3ª FEIRA	J5			J18				
	19	4ª FEIRA								
	20	5ª FEIRA								
	21	6ª FEIRA								
	22	SÁBADO				J19				
	23	DOMINGO								
	24	2ª FEIRA								
	25	3ª FEIRA							NATAL	
	26	4ª FEIRA								
	27	5ª FEIRA								
	28	6ª FEIRA								
	29	SÁBADO								
	30	DOMINGO								
	31	2ª FEIRA								

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO
ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS		SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES	
					1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª DIV				
							2ª FASE				
							1ª FASE	AP.CAMP.	MANUT.		
JANEIRO	1	3ª FEIRA								ANO NOVO	
	2	4ª FEIRA									
	3	5ª FEIRA									
	4	6ª FEIRA									
	5	SÁBADO				J20					
	6	DOMINGO		J16							
	7	2ª FEIRA									
	8	3ª FEIRA				J21					
	9	4ª FEIRA									
	10	5ª FEIRA									
	11	6ª FEIRA									
	12	SÁBADO									
	13	DOMINGO		J17							
	14	2ª FEIRA									
	15	3ª FEIRA	J6			J22					
	16	4ª FEIRA									
	17	5ª FEIRA									
	18	6ª FEIRA									
	19	SÁBADO									
	20	DOMINGO		J18							
	21	2ª FEIRA									
	22	3ª FEIRA				J23					
	23	4ª FEIRA									
	24	5ª FEIRA									
	25	6ª FEIRA									
	26	SÁBADO									
	27	DOMINGO		J19							
	28	2ª FEIRA									
	29	3ª FEIRA				J24					
	30	4ª FEIRA									
	31	5ª FEIRA									

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO
ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS		SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES	
					1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª DIV				
							1ª FASE	2ª FASE			
								AP.CAMP.	MANUT.		
FEVEREIRO	1	6ª FEIRA									
	2	SÁBADO					J25				
	3	DOMINGO			J20						
	4	2ª FEIRA	J7.1								
	5	3ª FEIRA									
	6	4ª FEIRA									
	7	5ª FEIRA									
	8	6ª FEIRA									
	9	SÁBADO					J26				
	10	DOMINGO			J21						
	11	2ª FEIRA									
	12	3ª FEIRA									UCL R16
	13	4ª FEIRA									UEL R32
	14	5ª FEIRA									
	15	6ª FEIRA									
	16	SÁBADO									
	17	DOMINGO			J22						
	18	2ª FEIRA									
	19	3ª FEIRA									UCL R16
	20	4ª FEIRA									UEL R32
	21	5ª FEIRA									
	22	6ª FEIRA									
	23	SÁBADO						J1	J1		
	24	DOMINGO			J23						
	25	2ª FEIRA									
	26	3ª FEIRA	J7.1/A					J2	J2		
	27	4ª FEIRA									
	28	5ª FEIRA									

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO
ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS		SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES		
							1ª DIV					
					1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª FASE	2ª FASE				
								AP.CAMP.	MANUT.			
MARÇO	1	6ª FEIRA										
	2	SÁBADO										
	3	DOMINGO			J24							
	4	2ª FEIRA										
	5	3ª FEIRA						J3	J3			
	6	4ª FEIRA									UCL R16	
	7	5ª FEIRA									UEL R16	
	8	6ª FEIRA										
	9	SÁBADO						J4	J4			
	10	DOMINGO			J25							
	11	2ª FEIRA										
	12	3ª FEIRA										
	13	4ª FEIRA									UCL R16	
	14	5ª FEIRA									UEL R16	
	15	6ª FEIRA										
	16	SÁBADO						J5	J5			
	17	DOMINGO			J26							
	18	2ª FEIRA									AA JOGOS QUALIFICAÇÃO CAMP. EUROPA	S21 JOGOS PREP.
	19	3ª FEIRA										
	20	4ª FEIRA										
	21	5ª FEIRA										
	22	6ª FEIRA										
	23	SÁBADO										
	24	DOMINGO			J27							
	25	2ª FEIRA										
	26	3ª FEIRA										
	27	4ª FEIRA										
	28	5ª FEIRA										
	29	6ª FEIRA										
	30	SÁBADO						J6	J6			
	31	DOMINGO			J28							

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO
ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS		SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES	
					1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª DIV				
							2ª FASE				
							1ª FASE	AP.CAMP.	MANUT.		
ABRIL	1	2ª FEIRA	J7.2								
	2	3ª FEIRA									
	3	4ª FEIRA									
	4	5ª FEIRA									
	5	6ª FEIRA									
	6	SÁBADO									
	7	DOMINGO		J29							
	8	2ª FEIRA									
	9	3ª FEIRA									UCL QF
	10	4ª FEIRA									UEL QF
	11	5ª FEIRA									
	12	6ª FEIRA									
	13	SÁBADO					J7	J7			
	14	DOMINGO		J30							
	15	2ª FEIRA									
	16	3ª FEIRA									UCL QF
	17	4ª FEIRA									UEL QF
	18	5ª FEIRA									
	19	6ª FEIRA									SEXTA-FEIRA SANTA
	20	SÁBADO		J31							
	21	DOMINGO									PÁSCOA
	22	2ª FEIRA		J7.2/A						S21 ESTÁGIO	
	23	3ª FEIRA					J8	J8			
	24	4ª FEIRA									
	25	5ª FEIRA									FERIADO
	26	6ª FEIRA									
	27	SÁBADO						J9	J9		
	28	DOMINGO		J32							
	29	2ª FEIRA									
	30	3ª FEIRA									UCL SF

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO
ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS	SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES	
				1ª FASE	2ª FASE AP.CAMP.	1ª DIV				
						1ª FASE	2ª FASE			
								AP.CAMP.		MANUT.
MAIO	1	4ª FEIRA					J10	J10	FERIADO	UCL SF
	2	5ª FEIRA								UEL SF
	3	6ª FEIRA								
	4	SÁBADO								
	5	DOMINGO		J33						
	6	2ª FEIRA								
	7	3ª FEIRA						J11		UCL SF
	8	4ª FEIRA								UEL SF
	9	5ª FEIRA								
	10	6ª FEIRA								
	11	SÁBADO						J12		
	12	DOMINGO		J34						
	13	2ª FEIRA								
	14	3ª FEIRA						J13		
	15	4ª FEIRA								
	16	5ª FEIRA								
	17	6ª FEIRA								
	18	SÁBADO						J14		
	19	DOMINGO								
	20	2ª FEIRA								
	21	3ª FEIRA								
	22	4ª FEIRA								
	23	5ª FEIRA								
	24	6ª FEIRA								
	25	SÁBADO			PO1.1					
	26	DOMINGO		FINAL						
	27	2ª FEIRA								
	28	3ª FEIRA								
	29	4ª FEIRA								UEL FINAL
	30	5ª FEIRA								
	31	6ª FEIRA								

CALENDÁRIO de COMPETIÇÕES de FUTEBOL SÉNIOR MASCULINO

ÉPOCA 2018/2019

MESES	DIAS	SUPERT CÂNDIDO OLIVEIRA	TAÇA PORTUGAL PLACARD	CAMP. PORTUGAL		CAMP. NAC. SUB-23			OBSERVAÇÕES		
				1ª FASE	2ª FASE	1ª FASE	1ª DIV				
					AP.CAMP.		2ª FASE				
							AP.CAMP.	MANUT.			
JUNHO	1	SÁBADO							S21 FASE FINAL CAMPEONATO EUROPA 2019 (ITÁLIA)	UCL FINAL	
	2	DOMINGO			PO1.2					AA UEFA NATIONS LEAGUE + JOGOS QF. C. EUROPA	
	3	2ª FEIRA									
	4	3ª FEIRA									
	5	4ª FEIRA									
	6	5ª FEIRA									
	7	6ª FEIRA									
	8	SÁBADO									
	9	DOMINGO			PO2.1						
	10	2ª FEIRA									FERIADO
	11	3ª FEIRA									AA
	12	4ª FEIRA									
	13	5ª FEIRA									
	14	6ª FEIRA									
	15	SÁBADO									
	16	DOMINGO			PO2.2						
	17	2ª FEIRA									
	18	3ª FEIRA									
	19	4ª FEIRA									
	20	5ª FEIRA									FERIADO
	21	6ª FEIRA									
	22	SÁBADO									
	23	DOMINGO			FINAL						
	24	2ª FEIRA									
	25	3ª FEIRA									
	26	4ª FEIRA									
	27	5ª FEIRA									
	28	6ª FEIRA									
	29	SÁBADO									
	30	DOMINGO									

* A 1ª Jornada da Liga NOS poderá ser realizada a partir do dia 11 Agosto 2018, e a última jornada até ao dia 19 Maio 2019.

* Nenhum jogo das competições profissionais poderá ser realizado na data para a qual for marcado o jogo da Supertaça Cândido de Oliveira

* Os Clubes e Sociedades Desportivas têm que ter obrigatoriamente em atenção as disposições regulamentares da FIFA relativamente aos respetivos períodos de libertação de jogadores convocados para as Seleções Nacionais Seniores.

[illegible]

RELATÓRIO DE ADEVERSÁRIO

5. ESTATÍSTICAS GERAIS

ATAQUE

CDP ADV

VARIVEL

CDP ADV

PASSE

CDP ADV

VARIVEL

CDP ADV

DUELOS E AÇÕES DEFENSIVAS

CDP ADV

VARIVEL

CDP ADV

VARIVEL

CDP

ADV

GOLS ESPERADOS (xG)

0.8

1.6

REMATES

93

123

REMATES À BATALHA

2.1

4.6

REMATES NA ÁREA

4.6

6.6

REMATES NA ÁREA À BATALHA

1.3

2.4

REMATES FORA DA ÁREA À BATALHA

4.0

5.0

REMATES FORA DA ÁREA À BATALHA

0.8

1.6

REMATES FORA DA ÁREA À BATALHA

2.0

2.3

REMATES DE LANCE DIRETO

0.5

0.5

OCASIÕES FLUTUANTES

1.0

2.6

% OCASIÕES FLUTUANTES EFICAZES

25%

89%

CRUZEIROS

11.5

11.3

CRUZEIROS BLOQUEADOS

2.5

1.3

% CRUZEIROS BLOQUEADOS

17.7%

23%

ENTRADA NA ÚLTIMA TERÇA

48

62

ENTRADA NA ÚLTIMA TERÇA

25

29

ENTRADA NA ÚLTIMA TERÇA

11.5

11.5

% ENTADA NA ÚLTIMA TERÇA

17.7%

23%

ENTRADA NA ÚLTIMA TERÇA

25

29

ENTRADA NA ÚLTIMA TERÇA

11.5

11.5

% ENTADA NA ÚLTIMA TERÇA

17.7%

23%

CONVERSO DE ATAQUES

CDP ADV

VARIVEL

CDP ADV

SEQUÊNCIAS DE POSSE

CDP ADV

VARIVEL

CDP ADV

CONVERSO DE ATAQUES

CDP

ADV

VARIVEL

CDP

ADV

SEQUÊNCIAS DE POSSE

CDP

ADV

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV

CD Braga

VARIVEL

CDP

ADV